Revista del
CONSUMIDOR
Procuraduría Federal del Consumidor • México • Número 318 • Agosto 2003 • www.profeco.gob.mx • $ 18.00 • ISSN 0185-8874

MODA EN LA ESCUELA
¿CUÁNTO CUESTA?

INFOMERCIALES ENGAÑOSOS
¡NO CAIGA EN SUS TRAMPAS!

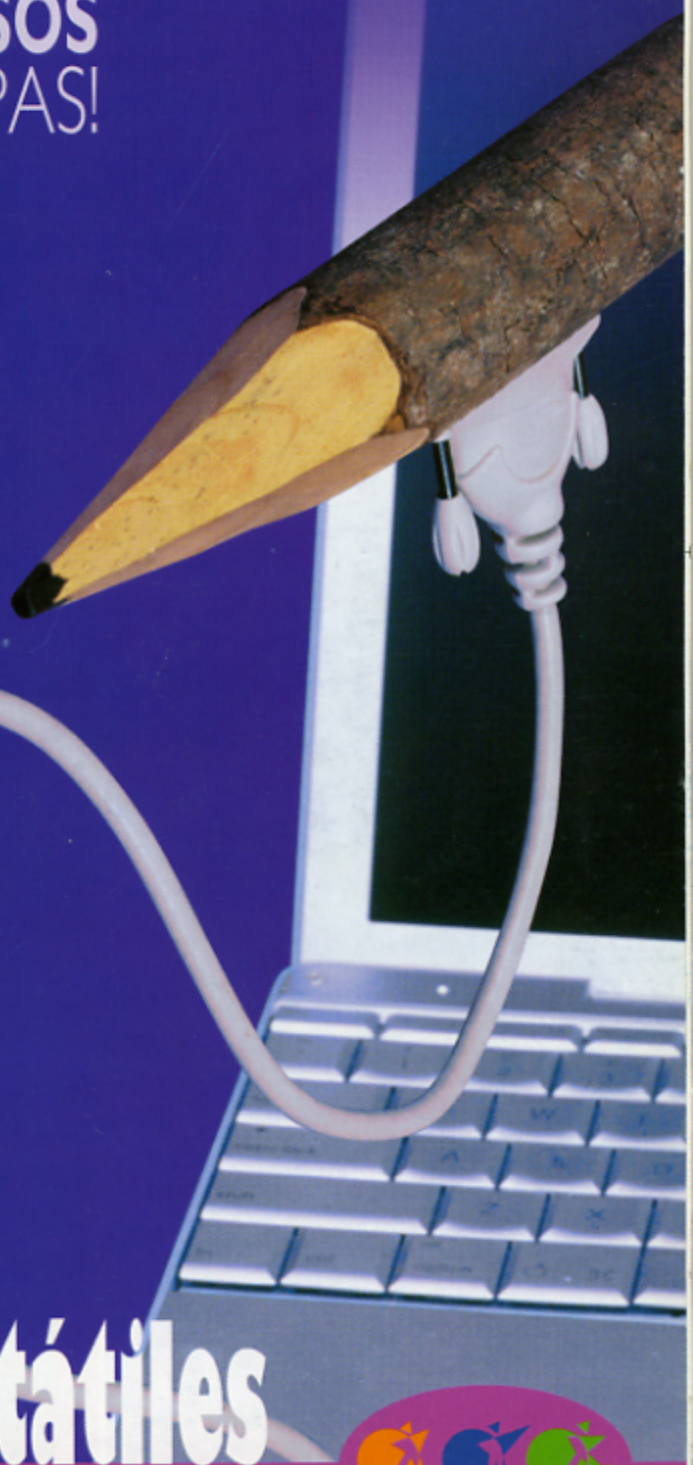
CÓMO ELEGIR UN **BUEN TALLER MECÁNICO**

REPORTE DE LABORATORIO
útiles escolares

TECNOLOGÍA DOMÉSTICA
gel para el cabello

PLATILLO SABIO
REFRIGERIO DE POLLO

CONSERVE LA SALUD
después de los 60



características y calidad de
computadoras portátiles

Quién es quién en los precios de computadoras portátiles

Profeco

sumario

Buzón del lector 4

Miscelánea del consumo 6

25 derechos básicos 8

Profeco en acción 10
- Trucos publicitarios

Cuánto cuesta 52
- **Estar de moda en la escuela**

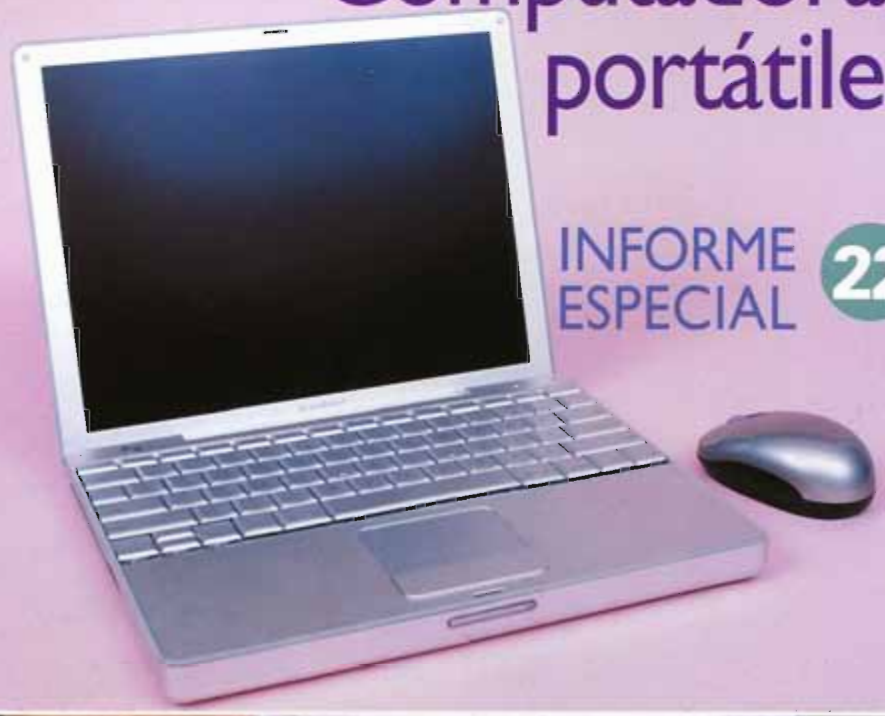
Hasta la cocina 62
- **Luis Fernando Peña**

Día del abuelo 64
- **Cinco lecciones de Mariana**
- **Abuelos destacados**
- **Más vida a los años**

Pequeños consumidores 72

Yo, consumidor 76

Computadoras portátiles



INFORME ESPECIAL 22

78 calendario 2003

Usted puede consultar este **calendario** mes a mes y obtener la información que necesita para planear sus gastos y ahorrar en la medida de lo posible. Para un mejor regreso a clases, obtenga descuentos en la compra de útiles escolares visitando las **Proferias** que **Profeco** ha instalado en todas las delegaciones del país.

54

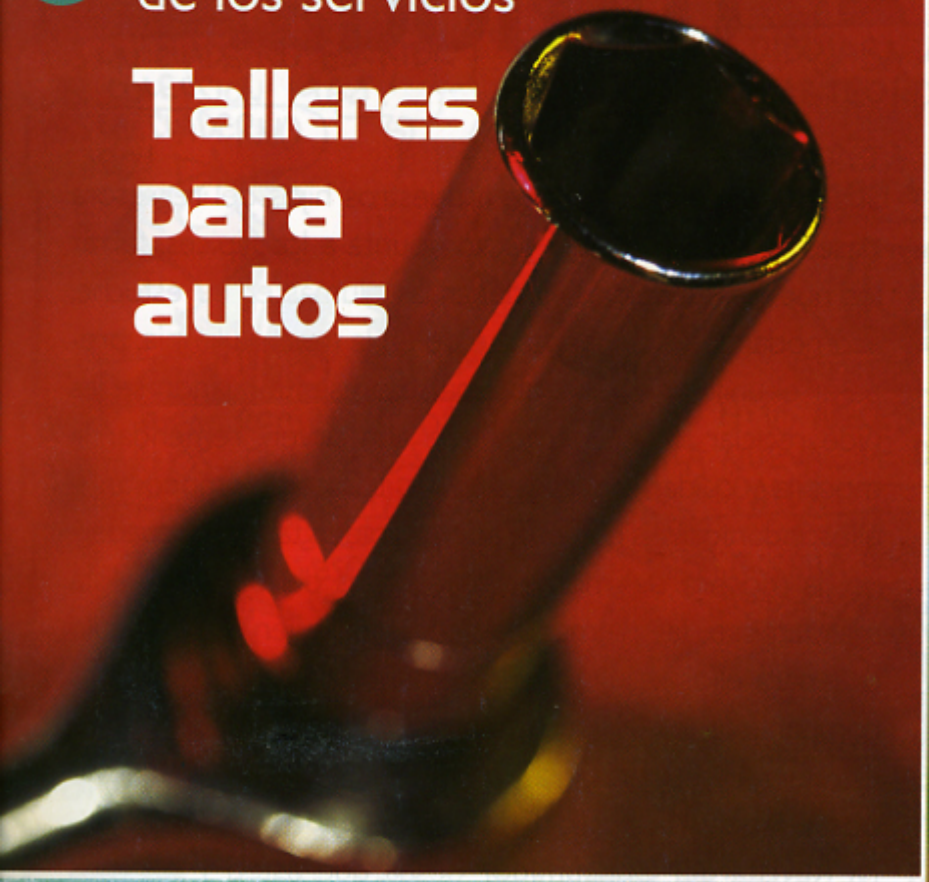
Tecnología doméstica

Gel para el cabello

Agosto 2003 · Núm. 318

14 Radiografía de los servicios

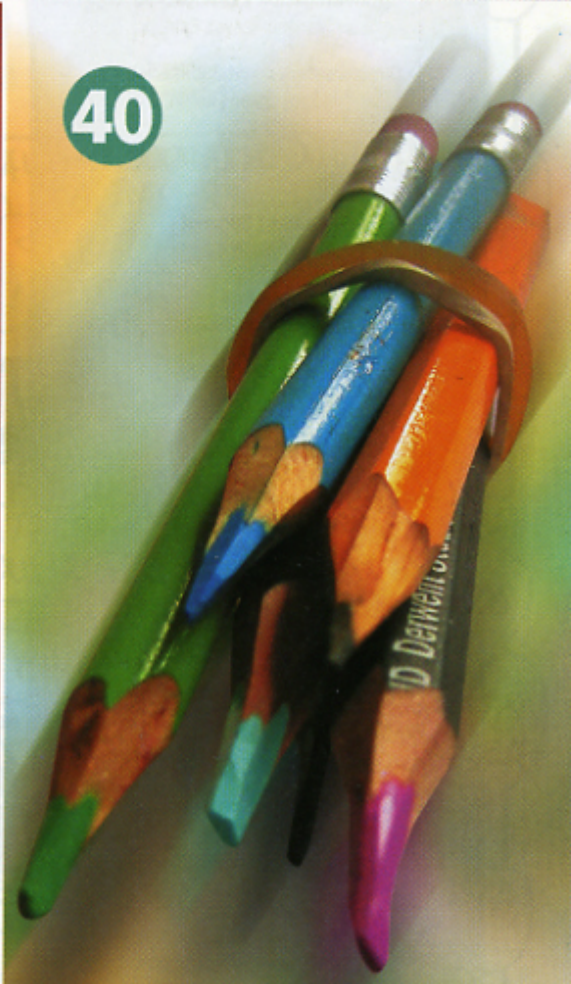
Talleres para autos



58 Platillo sabio Profeco

Refrigerio de pollo

40



El Laboratorio Profeco reporta

ÚTILES ESCOLARES

Directorio

Procuradora Federal del Consumidor
María Eugenia Bracho González

Coordinador General de Investigación y Divulgación
Luis Mariano Acévez Estrada

Directora General de Publicaciones
Mónica Braun Guillén

Revista del CONSUMIDOR

Director Editorial
Mateo Miguel García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Jefa de Redacción
Jacqueline Ruiz Gómez

Jefa de Información
Alejandra Sánchez Plascencia

Reporteros
José Armando Aguilar Pérez
Leonardo Huerta Mendoza

Jefe de Diseño Gráfico
Víctor M. Gutiérrez García

Diseño
Mónica Miranda Villalba, Alfonso J. Solís Loza, Roberto Paz Amaya, Javier Caballero Sandoval, Diana Patricia González Juárez

Corrección
Patricia Elizabeth Wocker Madrigal

Consejo Editorial
María Eugenia Bracho González
Luis Mariano Acévez Estrada
María del Socorro España Lomelí
Efrén García García
Raúl García Moreno Elizondo
Gabriela Hernández Cardoso
Carlos Miguel Jaime Vázquez
José Meljem Moctezuma
Octavio Rangel Frausto

Teléfono
5568-8722

Publicidad institucional y fax
5553-0574

Envíenos sus comentarios y sugerencias a José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, Delegación Cuauhtémoc; al apartado postal 20600, México, D. F.; o vía Internet: rconsumidor@profeco.gob.mx

Foto de portada Juan José Morín
Fotoarte Norma Patiño

¿Necesidad o moda?

Si algo puede emocionarle a nuestros hijos del regreso a clases es estrenar útiles: sacarle punta a los lápices, forrar los nuevos cuadernos, ordenar las plumas en su estuche, acomodar todo cuidadosamente en la mochila limpia, preparar el uniforme... El problema se presenta cuando se les pide reciclar los cuadernos que aún sirven, remendar la mochila y cuidar los útiles nuevos. Las cosas empeoran si ellos, inconformes con eso, además piden tal o cuál cuaderno, la mochila del momento, los tenis del basquetbolista más famoso, las plumas de gel, o cualquier otro artículo que para ellos resulta fundamental porque casi todos sus compañeros los usan. Está en nosotros enseñarles cuál es el valor de las cosas y la importancia de no dejarse llevar por la moda y la publicidad.

La **Revista del Consumidor** desea que usted y sus hijos tengan un buen regreso a clases, por tal motivo lo invitamos a que planee sus compras y aproveche esta temporada para convivir con ellos; recuerde que un cuaderno carísimo no hará a sus hijos mejores estudiantes, pero su orientación y atención sí.

Para disfrutar del mejor regreso a clases, lo invitamos a visitar las **Proferias** que **Profeco** ha instalado en todas las delegaciones del país. Bajo un mismo techo hay disponible información y orientación para realizar un consumo inteligente, además de descuentos en la compra de útiles escolares. Llámenos sin costo al 01-800-468-8722.

CRÓNICAS DE UN CONSUMIDOR COMPULSIVO
POR: TRINO
¡DON TRACALA ABUZÓN!
¡QUIQUE DESPILFARRO! ¡QUÉ GUSTOTE! ¡VENGA SU MANO!
QUÉ VENGA SU MANO NI QUÉ OCHO CUARTOS... ¿USTED LE VENDIÓ ESTE CUADERNO A MI HIJO?
S-SI
¡ES UN CUADERNO ESCRIBE DE COLECCIÓN 1968!
¡ES UN CUADERNO USADO!
¡AY, MIRA!... YO DIBUJABA AL ASTROBOY... Y A METEORO...
¡ESE CUADERNO ESTÁ USADO!
¡Y A LA SEÑORITA COMETA!
¡AY, NOMÁS LA ÚLTIMA HOJA... ADEMÁS TIENE HOJAS PARA MIRA ÓPTICA!
¡RATA!
¡ESTÁ BIEN RECICLAR LOS CUADERNOS... PERO ESOS REGÁLESELOS A SUS HIJOS!
¿REGALAR? ¡ESO NO ES COMPUTABLE!
ADEMÁS SU HIJO NECESITA UNA MOCHILA NUEVA... LE DUELE MUCHO SU ESPALDA...
¡TIENE UNA MOCHILA QUE YO USÉ!
¡CLARO! DEL AÑO DEL CALDO... POR ESO HAY TANTOS JOROBADOS EN NUESTRA GENERACIÓN... PERO VEA
¡VEA ESTA MOCHILA MOTHERNA, Y TRAE UN PESCADITO DE LA PELÍCULA BUSCANDO A MEMO!
¡NEMO!
¡UN MOMENTO! ¡ESE PESCADO ES UN ANUNCIO DE "TACHÚN-TACHÚN HAY QUE COMER ATÚN"!
¡ES LO MISMO! ¡MÍRELE LAS RUEDITAS!
¡ADEMÁS ESTA MOCHILA TRAE UN REGALO!
¿REGALO?
¡SI LA COMPRA LE REGALO UN PASE AUTOMÁTICO PA' QUE SU HIJO ENTRE A LA UNAM!
¿EN SERIO?
¡CLARO! ¡Y VIENE CON SELLO DE "POR MI RAZA HABLARÁ PIPORRO"
¡WOW!
VIEJO, ESTE PASE AUTOMÁTICO VIENE FIRMADO POR EL RECTOR HUGOL SÁNCHEZ
¿YA ES RECTOR?
¡WOW! ¡ES UN TRIUNFADOR!
¡TSS!
TRINO

Su opinión es importante

Aquí escribe usted

Envíenos sus comentarios acerca de la revista a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C. P. 06140, México, D.F.; por Internet a rconsumidor@profeco.gob.mx; o vía fax al 5553-0574.

Esperamos sus cartas

¿Dónde están las NOMs y las NMXs?

Soy estudiante de Química en Alimentos y estoy realizando una investigación referente a gomitas o productos de confitería. No encontré en el sitio web de Profeco ninguna información de NOMs y NMXs, por lo que quisiera pedirles su orientación para saber dónde puedo consultar la normalización de estos productos.

Francisco Martínez

¿Podrían decirme qué pruebas le realizan a las salsas estilo mexicano (tomate, cebolla, chile), y si existe alguna ley que regule su producción?

Pilar Haro

Con el fin de asegurar al consumidor ciertos estándares de calidad, las Normas Oficiales Mexicanas (NOMs) y Normas Mexicanas (NMXs) establecen la terminología, clasificación, directrices, especificaciones, atributos, características, métodos de prueba o prescripciones aplicables a un producto, proceso o servicio.
Estas normas se encuentran disponibles en la página www.economia.gob.mx, donde puede consultarlas fácilmente, ya que se encuentran catalogadas por temas.

Sobre Universidades "patito"

Debido a un descuido, en el número 317 de la *Revista del Consumidor*, correspondiente al mes de julio, se omitió el nombre de nuestro reportero José Armando Aguilar como autor del artículo "Universidades patito. Cómo reconocerlas".

Antes de comprar un automóvil

Estoy interesado en contratar un autofinanciamiento para la compra de un automóvil económico. Quisiera saber si tienen algún estudio acerca de las compañías que ofrecen estos programas y si me pueden recomendar cuál es la mejor opción.

Rosendo Torres O.
Distrito Federal

Usted puede encontrar nuestro más reciente estudio de planes de financiamiento automotriz en nuestro número de enero de 2003.
Para consultarlo, acuda al Centro de Documentación de Profeco, ubicado en Av. José Vasconcelos 208, P. B., colonia Condesa, donde con gusto lo atenderemos. Este material también está disponible en cualquier delegación Profeco; llame al Teléfono del Consumidor (5568-8722 y 01-800-468-8722) para que le informen cuál es la más cercana a su domicilio.

Los derechos de los niños

Saludos para todos los que trabajan en el área de Investigación y Divulgación de Profeco, y una enorme felicitación por haber publicado en la sección Los pequeños consumidores del mes de abril de 2003, el artículo "Memoriza tus derechos", pues en él también se contemplan las obligaciones de los niños para que comprendan que todo derecho conlleva un deber.
¿Por qué no publican el contenido de este artículo en un póster y lo distribuyen en escuelas y centros educativos? Creo que sería fabuloso y serviría para educarnos a todos.

Fernando Gómez Guerra
León, Guanajuato

Agradecemos mucho su sugerencia y la tendremos muy en cuenta para nuestras próximas publicaciones.

Extraña el Menú sabio

Antes que nada, quiero felicitarlos por su excelente revista, ya que siempre tiene artículos de interés para mí.
No tiene mucho tiempo que soy ama de casa y cuando me casé no sabía cocinar, pero gracias al Menú sabio que trae su revista he podido hacer un amplio recetario en forma de fichas, el cual me es de gran ayuda.
Sin embargo, en los últimos números cambiaron el formato del menú y, aunque sí le entiendo, no es tan fácil elaborarlo, y por su tamaño no puedo agregarlo a mi recetario. Me gustaría mucho que retomaran el modelo anterior.
De antemano muchas gracias.

Angélica Martínez

En Profeco hemos manejado por muchos años dos conceptos para nuestras recetas: el Menú sabio, que incluye sopa, plato fuerte, postre y agua; y el Platillo sabio, que en un solo platillo contiene, con el balance adecuado, todos los nutrientes que una persona necesita, además de que es económico y fácil de preparar.
Decidimos cambiar el menú por el platillo porque éste nos permite brindar, de una manera más amplia, información nutricional y consejos para comprar y preparar los alimentos.
De cualquier forma, tendremos en cuenta su preferencia, y agradecemos sus felicitaciones.

Brasieres vs. neumonía atípica

Hace algunos meses apareció la primera epidemia del siglo, el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SRAS, también conocido como "neumonía atípica"), que ha causado cientos de muertes en todo el mundo.

En un acto de inusitada necesidad, los habitantes del sur de Taiwan comenzaron a utilizar sostenes para protegerse del mortal virus. El proceso de elaboración de estas nuevas mascarillas es simple: el brasier es cortado en dos partes y se le cosen tirantes adicionales. Sin duda, una ingeniosa solución de los consumidores taiwaneses ante la escasez de cubrebocas.

Viñeta Roberto Paz

Ropa de maíz

Para los amantes de la ropa y del medio ambiente, ésta es una buena nueva. Los científicos de Dupont desarrollaron un innovador método biológico que usa recursos renovables (como el maíz), en lugar de los productos petroquímicos típicos, para producir un polímero llamado sorona.

Las telas elaboradas con sorona no sólo son biodegradables, sino que también son más suaves al tacto, brindan mejor soporte que las de poliéster o nailon, se pueden teñir y lavar fácilmente, además de que son resistentes a los rayos ultravioleta.

Conozca más de este polímero en www.dupont.com/sorona.

Fotografía de archivo

Los **hispanos prefieren** el **débito**

Fotoarte Roberto Paz

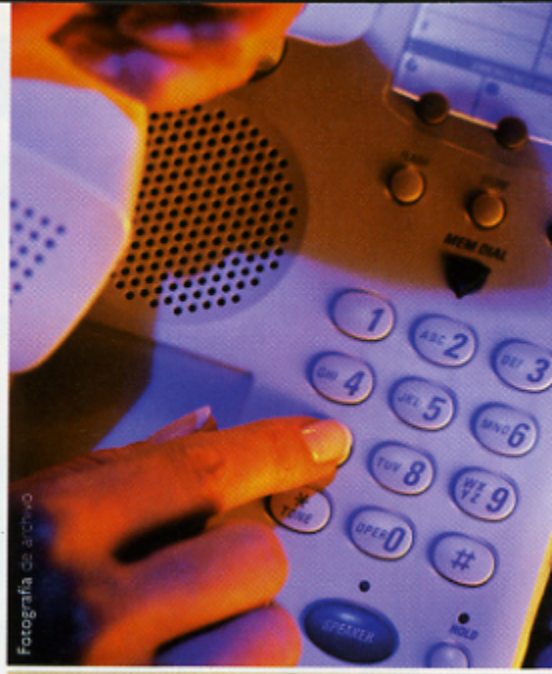
MasterCard International realizó recientemente una encuesta que revela que los hispanoamericanos radicados en Estados Unidos prefieren utilizar tarjetas de débito a usar efectivo o cheques; esto se debe a la comodidad, la seguridad y la amplia aceptación que éstas tienen.

En nuestro país ocurre algo similar: MasterCard México reporta un sostenido y considerable crecimiento del débito, el cual es 11 veces mayor que hace tres años, lo que da como resultado una tasa de crecimiento anual promedio del 122%.

Fotografía Juan José Morín

Billetes para invidentes

Uno de los problemas cotidianos que enfrentan los invidentes o las personas con problemas visuales es el manejo de papel moneda, ya que les resulta difícil identificar la denominación de un billete durante alguna compra o pago de servicios. Como apoyo a estos ciudadanos, la Cámara de Diputados solicitó al Banco de México iniciar las acciones necesarias para la emisión de billetes con las características necesarias con el propósito de facilitar su uso a las personas con problemas visuales. Entre las recomendaciones que los diputados hacen al banco central están realizar una investigación sobre las técnicas de elaboración de los billetes y pruebas de eficiencia con personas invidentes, así como determinar las opciones más costeables para iniciar las etapas del proceso integral de emisión y sustitución de billetes.



Fotografía de archivo

¡Sopas!

En México no comemos muchas pastas, pero sí sopas instantáneas. De acuerdo con la agencia ACNielsen, los mexicanos consumimos al año 514 millones de vasos de sopa instantánea: en otras palabras, uno de cada diez de los que se producen en el mundo.

Fotografía Juan José Morín

Fumadores cinéfilos

Fotografía de archivo

Según un estudio realizado por un equipo de investigadores del Dartmouth Medical School de Hanover, New Hampshire, publicado en la revista británica *The Lancet*, los jóvenes que ven películas en las que aparecen fumadores tienen una probabilidad tres veces mayor de también convertirse en fumadores. ¿Será verdad?

Directorio del consumidor

Servicio de Información a través de Operadora (040). Además de brindar el número telefónico deseado, ahora también transfiere la llamada al lugar solicitado. La conexión inmediata al número telefónico tiene un cargo adicional ($2.00 más IVA), sin contar con el cobro por marcar ($1.48 más IVA, si se excedió del servicio medido que establece la empresa telefónica).

Sistema de Emergencias para el Transporte de la Industria Química (SETIQ). Sistema de emergencia telefónico que proporciona información técnica para atender incidentes en donde se encuentran involucrados productos químicos; opera los 365 días del año durante las 24 horas del día. Su función es servir de enlace con otros grupos de emergencia como bomberos, Cruz Roja, Policía Federal, Protección Civil, Seguridad Pública, Brigadas de Emergencia y Grupos Industriales de Ayuda Mutua, para conseguir la atención adecuada del incidente químico. Marque 5559-1588 desde el Distrito Federal y área metropolitana, o 01-800-002-1400 desde cualquier lugar de la República.

20° derecho

Cancelación de la compra o del contrato

Por Leonardo Huerta Mendoza

Ilustración Víctor Gutiérrez

Si no queda convencido de su compra por catálogo, tiene derecho a devolver el artículo, siempre que sea dentro de los primeros cinco días hábiles contados a partir de la fecha de entrega de la mercancía o de la firma del contrato, lo último que suceda.

Roberto y Mónica, una joven pareja de recién casados, no pudieron resistirse a la tentación de comprar la estufa de gas con encendido y panel electrónicos, reloj, rostizador, asador, cuatro quemadores y horno, que se anunciaba en el catálogo de la mueblería "La Ilusión". Llamaron por teléfono para pedir la flamante estufa que seguramente luciría muy bien en su cocina.

Sin embargo, al recibirla en su domicilio se percataron de que el material no era de la calidad que ellos esperaban, y que el espacio de la cocina no era suficiente.

De inmediato, Roberto llamó a la mueblería para que pasaran a recoger la estufa. El empleado les informó que, con mucho gusto, siempre y cuando pagaran 10% por concepto de cancelación, más 8% por la devolución, más 3% por "otros gastos".

Frente a este abuso, Roberto y Mónica pusieron una queja en Profeco contra la mueblería por los cobros indebidos, convencidos de que tenían la razón; así que la tienda no tuvo más remedio que devolverles lo pagado.

Fuentes Ley Federal de Protección al Consumidor • 25 Derechos Básicos del Consumidor

El vigésimo de los 25 Derechos Básicos del Consumidor establece que: "Si realizamos una compra fuera de un local comercial, tenemos cinco días hábiles a partir de la entrega del bien o la firma del contrato (lo último que suceda) para revocarlo, ya sea mediante aviso o a través de la devolución del producto.

"Dentro de este término, tenemos derecho a reflexionar sobre la operación realizada. El proveedor no puede cobrar ningún cargo extra por la rescisión del contrato. Sólo estamos obligados a pagar el costo del flete y del seguro.

"El único caso en que no podemos ejercer este derecho es cuando contratamos la prestación de algún servicio cuya fecha de cumplimiento es dentro de los 10 días hábiles posteriores a la transacción".

Este derecho está contemplado en el artículo 56 de la Ley Federal de Protección al Consumidor.

Tú tienes el PODER

PROFECO lo respalda

Profeco
Procuraduría Federal del Consumidor

Fotografía Archivo

Con el fin de "atrapar" al mayor número de consumidores, los publicistas trabajan arduamente en la elaboración de comerciales atractivos, creativos y a veces ininteligibles. ¿Cómo reconocer las diferencias entre un comercial ingenioso y uno engañoso?

Trucos publicitarios

Por Jacqueline Ruiz

La publicidad vive de nuestros sueños, del deseo que todos tenemos de estar sanos, de ser hermosos, inteligentes y prósperos. Existen buenos y malos anuncios, creíbles y francamente absurdos. Los recursos de los que la publicidad se vale para permanecer en nuestra memoria y tocar nuestras emociones son innumerables.

Sin embargo, la ley ha puesto ciertos límites al empleo de estos recursos: el engaño está prohibido, tal y como lo señalan los artículos 1 y 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor (LFPC), los cuales establecen que toda la publicidad, difundida por cualquier medio, debe ser veraz, comprobable y sin mensajes que puedan inducir a error.

Cuando la publicidad engaña o induce al error, se están violando estos artículos y los derechos que usted tiene como consumidor.

Qué hace Profeco

Con el fin de evitar que la publicidad emplee mensajes engañosos o que induzcan a error, la Dirección General de Arbitraje y Resoluciones de Profeco ha puesto en operación un monitoreo en revistas, periódicos, radio y televisión, así como en Internet, para detectar aquellos anuncios que no cumplan las disposiciones legales.

Cada comercial que pueda generar confusión, o asegure que determinado producto hace mil maravillas, o que cuenta con el respaldo de alguna autoridad o de alguna agrupación, se analiza minuciosamente con el objeto de determinar si puede ser engañoso. Antes de iniciar el procedimiento por infracciones a la ley, se solicita al proveedor que compruebe la veracidad de lo dicho en su publicidad y, si éste no cumple con el requerimiento o su respuesta no es satisfactoria, Profeco continúa con el procedimiento.

Una vez que la resolución emitida por esta Institución determina que efectivamente la publicidad es engañosa, se le impone al proveedor una sanción económica y se le ordena que modifique o suspenda su anuncio. En caso de reincidencia se clausura la empresa, como sucedió con Naturezza Latinoamericana, fabricante del producto Redugrass.

De manera preventiva, también se ha exhortado a 358 agencias de publicidad para que cumplan con las disposiciones de la LFPC, y se trabaja conjuntamente con la Secretaría de Salud para vigilar el cumplimiento de la ley e identificar irregularidades en comerciales y anuncios.

Fotocoarte Roberto Paz

¿PUBLICIDAD

Fotografías Juan José Morín

Diez razones para desconfiar

En los monitoreos realizados por Profeco se han detectado las prácticas engañosas o que inducen al error más utilizadas en la publicidad (principalmente en la de "productos milagro"). ¿Cuántas de ellas le son familiares?

1. Testimoniales de celebridades o de usuarios. Muchas veces se utiliza el testimonio de actores o cantantes de moda que afirman la efectividad de un producto sin que tales aseveraciones estén sustentadas en situaciones o hechos reales y comprobables. La actriz que asegura que su figura es producto de un "milagroso" aparato reductor, omite decirle que dedica más de dos horas diarias a hacer ejercicio y cuida su dieta al máximo desde hace años, o que tal vez pasó por el cirujano plástico.

2. Utilización de fedatarios públicos. Otro recurso muy socorrido es realizar la prueba del producto en presencia de un notario o corredor público para "certificar" su efectividad. Esto es engañoso, ya que el funcionario simplemente da una fe de hechos; es decir, el notario público asienta en un acta que la cintura de la modelo mide 68 cm y a la semana siguiente 63, pero no asegura que esta variación se deba a la utilización del producto, ya que para eso se requiere una comprobación científica o técnica especializada.

3. Recomendaciones de autoridades agrupaciones, asociaciones o colegios. No le tenga mucha confianza a estas "recomendaciones", pues es posible que las supuestas asociaciones ni siquiera existan, que los proveedores las fundan con el único propósito de respaldar sus productos, o que en caso de tratarse de una agrupación reconocida, ésta nunca haya dado su recomendación o no tenga relación con el producto.

En algunos comerciales, incluso, se muestran documentos que respaldan lo dicho en televisión; como ejemplo tenemos el caso de Astro Diet, cuyo anuncio presentaba una carta firmada por el, en ese entonces, director de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Autónoma de México, en la que recomendaba el producto. A los pocos días de que el infomercial saliera al aire, Profeco recibió una denuncia por parte de las autoridades de la UNAM, ya que Astro Diet no contaba con la autorización para hacer uso del escudo y emblemas universitarios con fines comerciales, además de que se desvirtuaba el contenido de la carta, pues ésta sólo indicaba que se hicieron estudios del producto en esa Facultad, más no lo certificaba de ninguna manera.

4. Efectos extraordinarios y propiedades curativas. Una cosa es que un comercial sea ingenioso y exalte los atributos de un producto en un ambiente fantástico, y otra es que los protagonistas de un anuncio manifiesten clara y abiertamente, en situaciones nomales, que tal o cual producto cura un sinfín de enfermedades, o que hará a nuestros hijos más inteligentes, sin tener el sustento científico o técnico para afirmarlo. En el primer caso resulta fácil distinguir que el comercial simplemente alude a nuestra imaginación para que lo recordemos; en el segundo caso, la información está siendo manipulada para engañar al consumidor.

5. No cumplir con los requisitos de ley. Muchos comerciales deben contar con el permiso, aviso o registro de la autoridad competente (Secretaría de Salud, de Turismo, de Educación). Si un proveedor no cumple con esta disposición, lo más probable es que su producto no sea lo que promete ser o que tenga alguna irregularidad.

6. Información insuficiente. La publicidad de un producto debe proporcionar la información necesaria para la apropiada utilización de éste, sus restricciones y las precauciones que el consumidor debe observar al usarlos. Por ejemplo, el anuncio publicitario de una multiherramienta debe indicarle qué herramientas puede usted sustituir con ella, sus limitantes y las precauciones que debe tener al emplearla.

Fotografía Archivo

Antes de comprar...

- Llame al Teléfono del Consumidor y pregunte si hay algún procedimiento en trámite contra los proveedores del producto que está pensando comprar.
- Exija al proveedor pruebas que respalden los resultados que le está prometiendo.
- En caso de que el comercial afirme que el producto está garantizado por alguna asociación o institución, verifíquelo directamente con ella.
- Asegúrese de que el proveedor le señale un domicilio donde usted pueda hacer devoluciones y presentar reclamaciones, así como el tiempo para hacerlo. No se olvide de sellar la garantía y conservar el recibo de compra.
- Tenga cuidado con los "productos milagro", ya que generalmente no comprueban sus resultados y en muchas ocasiones pueden provocarle daños a la salud.
- Recuerde que ningún producto es mágico: si así fuera, no habría enfermedades y el mundo estaría lleno de personas hermosas, esbeltas y jóvenes.

7. "Aplican restricciones". Esta frase acompaña (generalmente en letras pequeñas) a varios comerciales que publicitan promociones u ofertas. En muchos casos resulta que, al momento de efectuar la compra, las restricciones son tantas, que es imposible hacer valer la oferta. Esto también es un engaño, por lo que si en el promocional no se especifica cuáles son las restricciones aplicables, el proveedor no puede negarse a cumplir lo que ofreció.

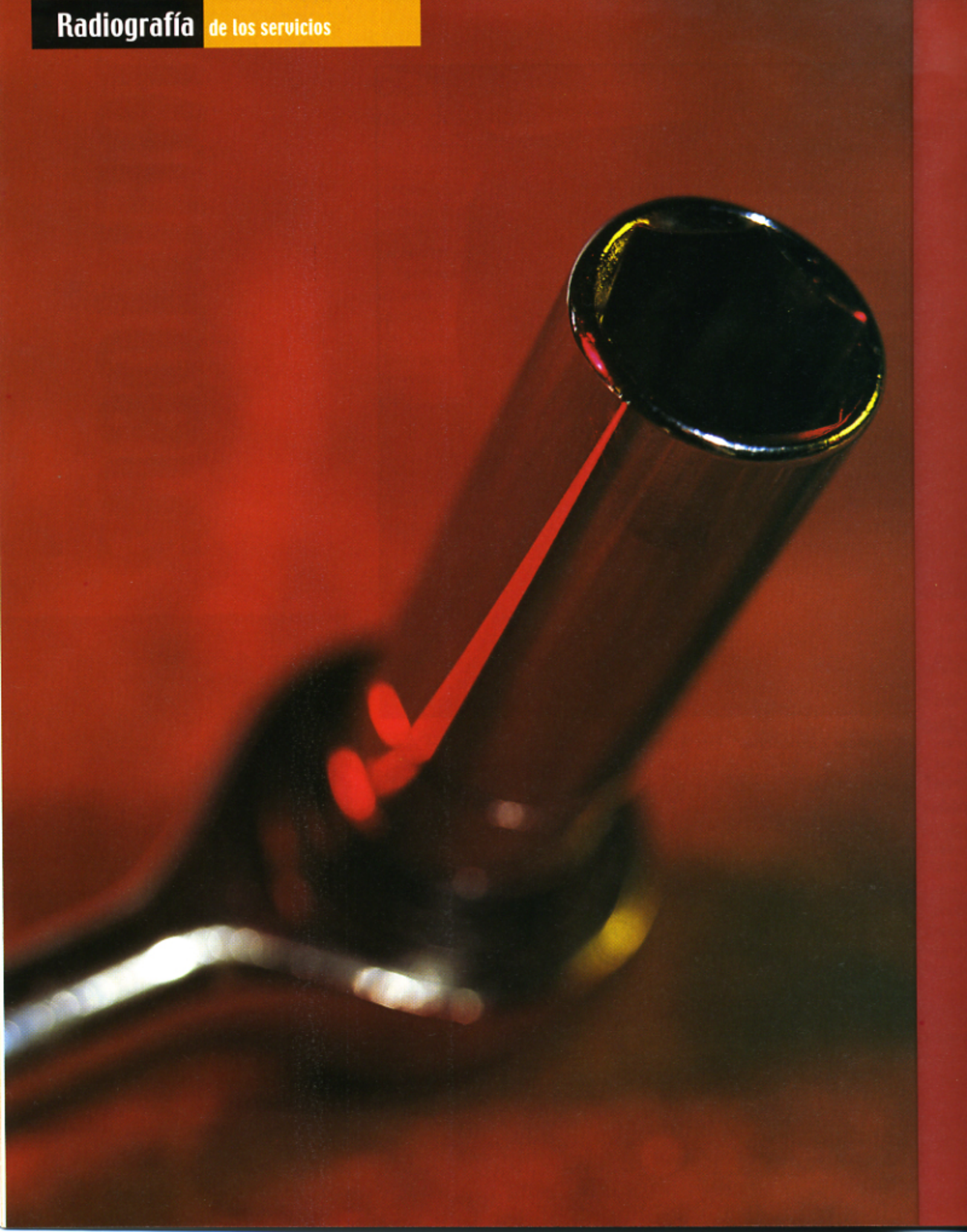
8. Mismo resultado para todos. Es típico de los infomerciales que si usted se aplica determinada crema depilatoria durante 15 minutos, tendrá una piel tersa y libre de vello en el transcurso de varias semanas. Claro que el anuncio no le dice a usted que el producto no debe aplicarse en pieles delicadas, que el crecimiento del vello es diferente en cada organismo, etcétera; es decir, prometen el mismo resultado para cualquiera que utilice el producto, sin especificar las variaciones que se pueden dar de persona a persona o, en otros casos, si existen requerimientos alimenticios o nutrimentales para que el producto logre la efectividad que ofrece.

9. Precio que no incluye el IVA. El artículo 32 de la Ley del Impuesto al Valor Agregado señala claramente que el IVA debe estar incluido en el precio que se ofrece al público. Es muy común que las ofertas anuncien un precio acompañado por la frase (otra vez en letras pequeñas) "más IVA". Esta práctica es mañosa pues, con el fin de hacer el producto más atractivo para el consumidor, trata de convencernos de que lo que pagamos es muy poco, cuando en realidad no lo es tanto.

10. Leyendas y permisos ilegibles. Las leyendas, que aparecen generalmente en la parte inferior de los anuncios, deben tener el tamaño adecuado y permanecer en el comercial el tiempo suficiente para que el consumidor pueda alcanzar a leerlos. Lo mismo es aplicable, en cuanto al tamaño de la leyenda, en el caso de la publicidad en prensa escrita y en Internet.

Por todo lo anterior, si el comercial que lo está animando a comprar un producto por sus múltiples beneficios utiliza o se vale de alguna de las estrategias mencionadas anteriormente, será conveniente que empiece a desconfiar de la veracidad de lo publicitado y que lo denuncie al Teléfono del Consumidor: 5568-8722 en el Distrito Federal y área metropolitana, o al 01-800-468-8722 sin costo desde cualquier estado de la República.

Fuente Dirección General de Arbitraje y Resoluciones



Talleres de automóviles

Guía para inexpertos

Encontrar un buen taller es como hallar un buen médico: se requiere de algo más que un precio justo, pues para ponernos en sus manos es fundamental que tenga prestigio y nos inspire confianza. En este artículo le proporcionamos los elementos que usted debe considerar al momento de elegir un taller para su automóvil.

continúa...

No todos sabemos cómo funciona un auto y menos aún cómo repararlo. Llevar el automóvil al taller es para muchos un acto de fe: permanecemos inmóviles mientras el mecánico nos explica en qué consisten los desperfectos, la urgencia de cambiar tal o cual pieza... y asentimos, sin estar seguros de que eso es lo que nuestro automóvil necesita realmente, pues no contamos con un conocimiento adecuado de los aspectos básicos del mantenimiento que se requiere para conservar el valor del vehículo o para diagnosticar las reparaciones en caso de fallas o accidentes.

El resultado de este desconocimiento es, en varias ocasiones, el que señala una encuesta realizada por Profeco para el presente estudio (vea la tabla de la página 21): uno de cada cuatro usuarios de talleres para autos ha tenido problemas con el servicio, tales como retraso en el tiempo de entrega y cobros excesivos.

Buen mantenimiento, menos reparaciones

La clave para conservar un vehículo en condiciones óptimas y evitar reparaciones posteriores son las revisiones periódicas y el mantenimiento regular. Ahora bien, si usted pertenece al grupo de la mitad de nuestros encuestados que no distinguió la diferencia entre mantenimiento y reparación, no se preocupe, el manual del fabricante indica cada cuántos kilómetros es necesario darle mantenimiento a su auto y cuáles son los servicios que requiere. Los principales aspectos que se recomienda tener en cuenta son los siguientes:

Afinación. Es el mantenimiento más común y consiste en limpiar detalladamente algunos componentes del motor y reemplazar las partes desgastadas por el uso.

En una afinación básica se cambian filtros de gasolina y aire, y se reemplazan bujías; además, en el caso de motores con carburador, se realiza la limpieza de éste, mientras que en el de los motores *fuel injection*, la de los inyectores. Algunos servicios adicionales son: cambio de aceite del motor, revisión del aceite de transmisión y diferencial, revisión del líquido de frenos, anticongelante y agua, así como limpieza del cuerpo de aceleración.

Es importante realizar este servicio a su auto con regularidad, pues un vehículo afinado inadecuadamente consume 4% más gasolina y si a eso le suma un filtro de aire obstruido, el porcentaje puede aumentar hasta 14%.

Servicios de mantenimiento realizados con más frecuencia

Servicio de mantenimiento	Entrevistados que llevan su auto al servicio de mantenimiento señalado (%)
Afinación	89.7
Lavado, engrasado y cambio de aceite	81.6
Revisión de frenos	76.5
Alineación y balanceo	62.3
Revisión de suspensión	59.0
Chequeo de amortiguadores	55.7

Fuente: Encuesta realizada por Profeco, mayo de 2003.

Servicio al sistema de dirección. Éste comprende los siguientes aspectos:

- Alineación: se comparan las medidas y los ángulos de las ruedas que debe tener el automóvil según el fabricante, esto permite que el vehículo no se desvíe.
- Balanceo: se realiza para que las ruedas giren en forma equilibrada, evitando vibraciones.
- Suspensión: se revisan las partes que integran el sistema, con el fin de atenuar sacudidas debidas a la desigualdad del terreno.
- Amortiguadores: se revisa la resistencia, para conservar la estabilidad del auto y el control de la dirección.
- Presión del aire en neumáticos: con el uso, las llantas pueden perder aire de manera natural, por lo que es necesario revisar su presión regularmente; esto evitará un comportamiento deficiente al tomar curvas, disminuirá el consumo de gasolina y el desgaste de neumáticos, y evitará que se ponchen.

Revisión del sistema de frenos. Los frenos pueden ser de tambor o de disco y algunos fabricantes los combinan, montando los frenos de disco en las ruedas delanteras y los de tambor en las traseras. Es importante que periódicamente limpie y ajuste este sistema.

Cambio de aceite. La función del aceite es lubricar, enfriar, sellar y limpiar; cuando éste se expone a altas temperaturas se degrada dejando residuos de carbón e impurezas que pueden afectar el desempeño del motor de su auto. Este mantenimiento se recomienda para minimizar el desgaste de algunas partes del motor.

Claro que el mantenimiento no siempre evitará que nuestro auto falle, pero disminuirá la necesidad de reparaciones posteriores. Eso sí, en caso de que su automóvil se jalonee o haga ruidos no habituales, aumente en la distancia del

frenado, el volante no dirija correctamente la dirección del automóvil, haya un aumento en la emisión de ruido y contaminantes por el escape, o aparezcan indicaciones de chequeo en el tablero, llévelo cuánto antes a reparar, pues un problema menor puede convertirse en uno mayor y repercutir en la seguridad del auto y de su bolsillo.

Ahora sí, a elegir

Según el XII Censo de Servicios realizado por el INEGI, en 1998 existían alrededor de 140 mil talleres de mantenimiento y reparación de automóviles, tanto de **agencia o concesionarias** (Chrysler, Honda, Nissan, etc.), como **generales y especializados** (sólo alineación y balanceo, hojalatería y pintura, etc.), donde el 70% son talleres pequeños (con un máximo de tres trabajadores).

Si a la falta de conocimientos en la materia le sumamos esta enorme variedad, la elección resulta aún más difícil. Sin embargo, su decisión puede resultar más sencilla si sigue las siguientes recomendaciones:

- Para un auto nuevo, la mejor opción es llevarlo al taller del concesionario, pues de otra manera se le pueden hacer reparaciones o instalar piezas no aprobadas por la fábrica, lo cual podría afectar el funcionamiento del vehículo y anular la garantía.
- Para el caso de autos que ya no cuenten con garantía, además del servicio de la agencia, otra opción son los talleres independientes.
- El primer paso para elegir un buen taller es tener en cuenta la recomendación de familiares y amigos que sepan del tema o que hayan tenido buenas experiencias con el taller en cuestión.
- Adicionalmente, visite varios talleres cercanos a su domicilio o ruta de trabajo. Pregunte si los trabajadores cuentan con algún tipo de certificación que avale sus conocimientos como mecánicos.

Ficha técnica

- **La encuesta se realizó a 2,076 automovilistas en 7 ciudades de la República Mexicana.**
- **En ciudades grandes como Ciudad de México, Guadalajara y Monterrey, los resultados tienen un nivel de confianza del 95% y un margen de error de ± 2.6%.**
- **En las ciudades de Aguascalientes, Hermosillo, Querétaro y Zacatecas los resultados son de 90% de confianza y un margen de error de ± 3.5% en los primeros dos casos, de ± 5.3% en el tercero, y de ± 4% en el último.**
- **El trabajo de campo fue realizado por los encuestadores del programa Quién es Quién en los Precios en cada ciudad.**
- **Esta muestra incluye automóviles modelos 1949 a 2003, distribuidos de la siguiente forma: 1949-1992, 39.2%; 1993-1999, 30.1%, y 2000-2003, 30.6%.**

- Es importante saber si el taller tiene el equipo indispensable para realizar las reparaciones solicitadas, y preferir los que cumplen con la norma NOM-068-SCFI2000 sobre información al consumidor y la documentación que lo protege en la contratación del servicio (vea la página 20).
- Compare precios entre talleres, aun cuando sean de agencias. Esto es muy importante, pues en la encuesta realizada por Profeco, la mitad de los entrevistados no suele comparar precios.
- En caso de realizar reparaciones mayores, pida otras opiniones hasta asegurarse del problema de su automóvil y de los costos aproximados de la reparación.
- Cuando encuentre un taller de confianza, procure llevar su auto con regularidad. Es muy importante que el mecánico conozca el historial y los antecedentes del vehículo: el servicio y la calidad serán mejores gracias al trato personal y al conocimiento mutuo.

Nuestra encuesta reveló que, en general, los dos aspectos principales que considera el consumidor para preferir un taller son calidad y confiabilidad. Para el 30% del total de entrevistados con vehículos de modelo reciente, la garantía es otro factor que se tiene en cuenta, por lo que prefieren los talleres de agencia, mientras que para el 39% de los dueños de autos más antiguos el precio es un elemento importante en su elección, así que generalmente optan por talleres independientes. Esto explica que sólo el 12% de los entrevistados lleva toda la vida del auto a talleres de concesionaria, el 23% sólo mientras tiene garantía y que el 17% lo haya hecho en algunas ocasiones.

De a cuánto

Si bien el precio no es el principal factor para elegir un taller, conviene tener en cuenta que existen diferencias significativas de precios entre uno y otro.

Para analizar este punto se realizó un sondeo en la Ciudad de México, entre el 22 de mayo y el 2 de junio de 2003, en donde captamos los precios de afinación, alineación y balanceo, y servicio al sistema de frenos (cambio de pasti-

Precios de algunos servicios por tipo de taller

Presupuestados para un automóvil Nissan Tsuru 1992

Tipo de taller	Alineación y balanceo			Afinación			Sistema de frenos		
	Precios (pesos)			Precios (pesos)			Precios (pesos)		
	Mínimo	Máximo	Rangos frecuentes *	Mínimo	Máximo	Rangos frecuentes *	Mínimo	Máximo	Rangos frecuentes *
Agencia	255	850	420 a 480	680	1,800	1,440 a 1,800	935	1,800	1,445 a 1,800
Talleres especializados	120	480	209 a 290	400	1,499	602 a 700	850	1,600	850 a 1000
Talleres generales	130	480	150 a 200	340	1,200	340 a 400	400	1,600	400 a 600

* En estos rangos se ubican los precios que se encontraron con mayor frecuencia en el mercado.
Fuente: Sondeo de precios en la Ciudad de México y área metropolitana, del 22 de mayo al 2 de junio de 2003.

Conozca más sobre su automóvil

Cuanto más sepa acerca del mantenimiento y reparación de su auto, tendrá mejores elementos para elegir un taller y mantener su valor de reventa.

Existen diversos libros, revistas o sitios en Internet especializados en el tema. Dos de las direcciones electrónicas que le podemos recomendar son www.micoche.com, o también http://1autochovil.fiestras.com.

Otra opción es tomar un curso, como los que imparten los Centros de Capacitación para el Trabajo Industrial (Cecatis). Llame a los siguientes planteles en la Ciudad de México para obtener informes: 5394-5216 en Azcapotzalco, 5767-7198 en Gustavo A. Madero, 5649-7999 en Iztacalco y 5656-2557 en Coyoacán.

Conozca

llas en llantas delanteras y rectificación de discos, cambio de balatas en ruedas traseras y rectificación de tambores), para un automóvil Nissan Tsuru, modelo 1992, en regular estado.

Se visitaron 120 talleres divididos de la siguiente manera: 10 agencias autorizadas Nissan, 35 talleres especializados (20 de afinación y 15 de sistema de dirección y frenos) y 75 talleres generales. Con el propósito de comprobar el trato al consumidor, el encuestador que llevó el auto a los talleres no se identificó como empleado de Profeco. Las principales observaciones que obtuvimos de este sondeo fueron:

- En los tres tipos de talleres la atención fue satisfactoria.
- En el 45% de los talleres especializados y en el 34% de los talleres generales no se explicó detalladamente el desglose de precios.
- En talleres generales, el mecánico comúnmente preguntaba al encuestador su preferencia entre refacciones caras y baratas para determinar el presupuesto del servicio, esto no ocurrió en talleres independientes y de agencias. Según nuestra encuesta, la mayoría de la gente prefiere utilizar refacciones nuevas y de marcas reconocidas a utilizar piezas usadas, sin marca o reconstruidas.
- Los precios de los servicios estaban claramente a la vista en todos los talleres de agencia, en el 68% de los especializados y solamente en el 44% de los generales.
- Existen diferencias de precios significativas entre talleres. Por ejemplo, un servicio de alineación y balanceo para nuestro auto de prueba fue presupuestado en $120 en un taller especializado, y en $850 en un taller de agencia. Entre otros factores, las diferencias de precios se deben al equipamiento del taller, la experiencia, el nivel de capacitación de los trabajadores y la ubicación del taller.
- Los talleres generales tuvieron regularmente los menores precios. Sin embargo, aún en este tipo de establecimientos, las diferencias son sustanciales. Una afinación fue cotizada entre $340 y $1,200, dependiendo no solamente del taller, sino del tipo de refacciones elegidas.
- Los precios más altos se ubicaron en los talleres de agencia, y se encontraron diferencias de precios entre ellos. Esta situación también ocurrió en los talleres de agencias de otras marcas de autos, como Chrysler, Ford, General Motors y Volkswagen.

Otros aspectos importantes que se encontraron en talleres generales fueron:

- Para el sistema de frenos, los encargados de algunos talleres dieron el precio de esta reparación sin especificar que no incluía la mano de obra.
- En todos los talleres visitados, el mecánico refirió al encuestador que las balatas traseras se dan a cambio; es decir, el mecánico se queda con las balatas usadas y coloca balatas reconstruidas. Aparentemente, esto es una práctica común cuando el sistema de frenos es de tambor.
- En el servicio de afinación, varios talleres incorporaron en el precio otros servicios, como el cambio de aceite, la limpieza del cuerpo de aceleración, la revisión de líquidos y el cambio de válvulas.

NOM-068-SCFI2000

La normatividad de su lado

En materia de protección al consumidor, los talleres de reparación y mantenimiento deben cumplir con la Norma Oficial Mexicana NOM-068-SCFI2000 que establece, entre otros, los siguientes requisitos:

- El taller debe exhibir, por ejemplo, la información referente a los principales servicios que presta y las tarifas vigentes que correspondan, indicando qué partes, refacciones u otros materiales están incluidos.
- Antes de contratar el servicio, deben proporcionarle un presupuesto **por escrito** que, al menos, especifique el diagnóstico del vehículo, los trabajos a realizar, las partes, refacciones u otros materiales necesarios para llevarlos a cabo, el precio total (desglosando los diversos conceptos que lo integran), la vigencia y el costo del mismo, nombre y firma de quien lo elaboró y fecha de expedición.
- Si el taller requiere un diagnóstico para elaborar el presupuesto, tiene la obligación de informarle cuál es el plazo máximo para realizarlo, así como los posibles riesgos a los que se expone el vehículo y el costo del diagnóstico.
- En la reparación o el mantenimiento se deben utilizar partes, refacciones u otros materiales nuevos y apropiados al modelo y marca del vehículo, salvo que el consumidor autorice expresamente la utilización de partes o refacciones usadas o reconstruidas.
- El taller mecánico no debe condicionar la prestación de los servicios de reparación o mantenimiento de vehículos a la compra o renta de otros productos o servicios que ofrezca el establecimiento.
- Todos los trabajos que convenga con el taller para el mantenimiento o reparación del vehículo deberán estar claramente especificados por escrito en una orden de servicio, registrada ante **Profeco** como contrato de adhesión, que debe contener la siguiente información:

- Datos del proveedor del servicio.
- Características de identificación del vehículo y descripción de las condiciones generales en que se encuentra al entrar al taller.
- Características de los trabajos convenidos y de las partes, refacciones o materiales necesarios.
- Responsabilidad del prestador del servicio respecto a daños al vehículo mientras esté bajo su custodia.
- En su caso, la indicación de que el consumidor suministrará las partes, refacciones u otros materiales necesarios para la reparación o el mantenimiento del vehículo.
- Fecha y horario de entrega del vehículo, estimadas a partir de la aceptación del presupuesto y, en su caso, de que el consumidor entregue las partes, refacciones u otros materiales necesarios.
- Descripción de las partes, refacciones o materiales necesarios para realizar la reparación o mantenimiento del vehículo. En caso de que las proporcione el taller, se debe señalar las condiciones de la garantía de las mismas.
- Indicación de que el mecánico, al momento de entregar el vehículo, debe proporcionar al consumidor las partes o refacciones que reemplace por el servicio.
- Garantías que ofrece el taller una vez entregado el vehículo, señalando sus términos, condiciones y procedimientos para hacerlas efectivas, así como los establecimientos en los que puede exigirse el cumplimiento de las mismas.
- Penas convencionales, aplicables tanto al prestador del servicio o como al consumidor, por incumplimiento del contrato.

- El prestador del servicio debe expedir al consumidor la factura, recibo o comprobante por cada pago que éste realice. En dicho comprobante, el taller debe desglosar los conceptos y precios por mano de obra, refacciones y otros materiales utilizados, así como señalar las condiciones y vigencia de la garantía.
- El prestador del servicio debe responder por la garantía, sin cargo alguno para el consumidor, salvo el caso de partes, refacciones u otros materiales utilizados correctamente y que por sus características no tengan garantía del fabricante.

Problemas frecuentes y talleres en los que ocurren

Problema	Encuestados que afirmaron haber tenido el problema (%)	Tipo de taller		
		Agencia (%)	Especializado (%)	General (%)
No se entregó el auto a tiempo	23.7	20.9	13.1	66.0
No se corrigió correctamente el desperfecto	19.2	13.2	17.4	69.4
Aparecieron desperfectos que el auto no tenía	17.6	14.4	17.5	68.2
Le realizaron cobros que no estaban contemplados	12.9	17.4	15.8	66.8
No hicieron válida la garantía	11.4	25	18.1	56.9
Arreglaron desperfectos sin su consentimiento	7.7	15.1	19.1	65.8
Cambiaron refacciones sin su consentimiento	5.7	15.9	14.2	69.9

Fuente: Encuesta realizada por Profeco, mayo de 2003.
Fuente: Dirección General de Análisis y Prácticas Comerciales.

Por lo anterior, es muy importante pedir el desglose de precios para no llevarse sorpresas al pagar, pues, según la encuesta, sólo el 46% de los entrevistados lo solicita.

Evítese problemas

Como se mencionó anteriormente, uno de cada cuatro entrevistados tuvo dificultades con los talleres. El mayor porcentaje de las personas con problemas señalaron que los talleres generales fueron los menos cumplidos.

Para evitarse un mal sabor de boca en la contratación de estos servicios, considere las siguientes recomendaciones:

- Organice un historial de los servicios que le han hecho a su auto, tomando en consideración el lugar, la fecha y el kilometraje del vehículo. Este expediente le servirá para comprobar que usted ha llevado a cabo un mantenimiento regular; en caso de que el auto dé problemas, podrá especificarle al mecánico cuál es el estado de su auto.
- Planee el mantenimiento de su automóvil, lea con cuidado el manual y lleve a cabo los servicios según las especificaciones del fabricante.
- Como lo indica la norma (vea el recuadro de la página anterior), usted tiene derecho a pedir un presupuesto por escrito del servicio. Pregunte si éste tendrá un costo en caso de que usted decida no contratar el servicio.
- Una vez aceptado el presupuesto, el taller no podrá incrementar sus precios ni podrá reparar piezas o problemas que se detecten durante la reparación sin previo aviso y aceptación del cliente. Recuerde que este tipo de acciones por parte de los talleres fue el cuarto problema más frecuente en nuestra encuesta.
- Conforme a la norma citada, exija que en la orden de trabajo se especifique que el automóvil no saldrá del taller, así como el estado en que entrega su auto (golpes y ralladuras, kilometraje recorrido, etcétera).
- Asimismo, debe exigir por escrito una garantía que cubra cualquier falla que puedan tener las reparaciones o piezas cambiadas por el taller y las fallas que puedan ser provocadas por tales reparaciones. También deberá estar especificada la gratuidad de los gastos que se presenten al hacerla valer, como la mano de obra, el cambio de piezas y los impuestos que se generen.
- Si así lo convino en el presupuesto, verifique que las refacciones utilizadas en el servicio sean nuevas y originales, y que cuenten con el distintivo de marca, que debe ser la misma que la del automóvil.

Fotografías Juan José Morín
Fuente Dirección General de Análisis de Prácticas Comerciales

Computadoras portátiles

Fotografías Juan José Morín

La compra de una computadora no es algo que deba hacerse a la ligera; si además la computadora es portátil se vuelve necesario ser doblemente cuidadoso al momento de la elección, no sólo por el uso que se le vaya a dar (trabajo, comunicación o entretenimiento), sino porque una computadora portátil puede costar de 20 a 30% más que una de escritorio.

determine sus necesidades reales y no pague por funciones que no necesita. Así pues, los precios de las computadoras portátiles se incrementan de acuerdo con un mayor número de características. Toda la información técnica que usted necesita para elegir la computadora portátil que mejor se adecue a sus necesidades la encontrará en el estudio de calidad realizado por el Laboratorio Profeco; pues en general los precios de computadoras portátiles, y decida, consulte también la sección Quién es quién en los precios de computadoras portátiles.

Adquirir una computadora portátil no es una tarea fácil pues hay que considerar la marca y el modelo y, sobre todo, averiguar si las características de la laptop se adecuan a sus necesidades. En esa toma de decisión, este estudio le facilitará la tarea.

El avance tecnológico ha hecho posible que las computadoras se puedan instalar en prácticamente cualquier lugar. Las facilidades que ofrecen para elaborar todo tipo de documentos y para hacer operaciones o utilizar los servicios que proporciona Internet, las han convertido en herramientas indispensables para realizar muchas de nuestras actividades.

Por su parte, las computadoras portátiles tienen funciones similares a los equipos de escritorio y son lo suficientemente compactas y ligeras para transportarlas sin dificultad, además de que cuentan con una batería recargable que les permite operar sin conexión de una a tres horas, dependiendo del modelo y el uso.

En la actualidad es posible y frecuente emplear una computadora portátil como centro de un sistema de cómputo, ya que se le pueden conectar pantallas, teclados y ratones de la complejidad que se requiera, además de muchos otros equipos periféricos que reproducen configuraciones propias de los sistemas de escritorio.

Sin embargo, las virtudes de los equipos portátiles tienen un costo: un equipo portátil puede costar entre 20 y 30% más que uno de escritorio.

Por lo anterior, antes de adquirir una computadora portátil debe considerar sus características básicas, como el tipo de procesador, la velocidad, el disco duro, los periféricos, el software, entre otras, además de las propias de esta clase de equipos, como el tamaño y el tipo de la pantalla, del teclado, del ratón, la duración de la batería, etcétera. Por lo demás, cabe señalar que no es difícil caer en la tentación de elegir una computadora con una serie de características que no necesitamos y que sí tienen un costo.

Normatividad

Para la elaboración del presente estudio de calidad se consideraron la siguiente normatividad y programas de prueba.

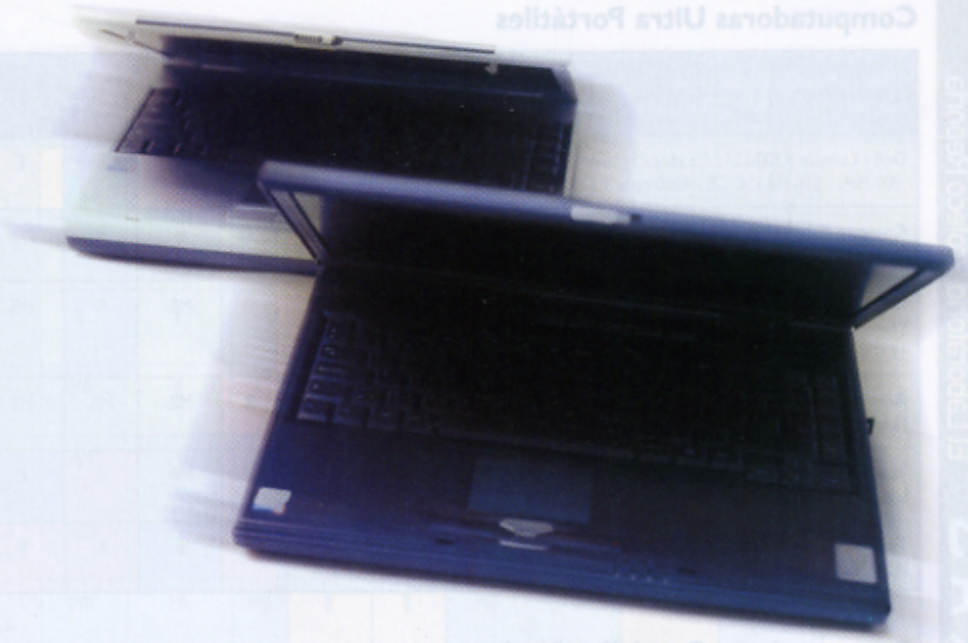
NOM-024-SCFI-1998. Información comercial para empaques, instructivos y garantías de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.

NOM-019-SCFI-1998. Seguridad de equipo de procesamiento de datos.

Programas de Prueba para la medición del desempeño en computadoras (Benchmark) desarrollado por ZIFF Davis Media® para VeriTest®.

Métodos de prueba desarrollados por el Laboratorio de Pruebas de Profeco para la evaluación de las computadoras Apple, empleando los programas Microsoft Office v.X®, Adobe Photoshop 7.0®, Apple iMovie®, Apple iTunes® y la utilería "Terminal" del Mac OS X®.

El estudio



Para el presente análisis, el Laboratorio de **Profeco** tomó en consideración dos grupos de computadoras portátiles: aquellas que emplean el Sistema Operativo de Microsoft® Windows, y aquellas que utilizan el Sistema Operativo Apple® Mac OS X.

Por sus características físicas y de desempeño, el primer grupo se subdividió en portátiles y ultra portátiles; entre estas últimas se incluyen las computadoras tipo Tablet, que permiten escribir directamente en la pantalla con un lápiz óptico.

Se analizaron 32 modelos de 10 marcas distintas. Las pruebas aplicadas se describen a continuación:

Información al consumidor. Se verificó que el etiquetado proporcionara al consumidor de manera clara y explícita la información necesaria, tal como el tipo de producto, el modelo, las características nominales de alimentación eléctrica y el sello de certificación de producto "NOM-NYCE". También se revisó que la garantía se presentara en español, y que en ella se indicara claramente sus alcances y restricciones para hacerla efectiva, entre otros puntos, y que el instructivo de uso informara sobre el modo apropiado de operación, así como los cuidados y precauciones necesarias.

Desempeño en aplicaciones de oficina. Se evaluó el desempeño de cada modelo al usar programas tales como Word, Excel, PowerPoint, FrontPage y Access. En el caso particular de las Apple se utilizaron las versiones correspondientes.

Desempeño del disco duro. Se midió la velocidad de transferencia de datos del disco duro al resto del sistema. En el caso de las Apple, los resultados de esta prueba se incluyeron en el rubro de aplicaciones de oficina.

Desempeño de la unidad CD-ROM. Se verificó la rapidez de la unidad lectora de discos compactos para leer datos. Esta prueba no se aplicó a las Apple.

Desempeño del sistema de video. Se determinó la cantidad de imágenes por segundo que es capaz de desplegar la computadora. Para este parámetro es importante evaluar el desempeño en aplicaciones que hacen un uso intensivo del sistema de video, como juegos, películas, etcétera.

Desempeño del sistema audio. Se evaluó el porcentaje de utilización del microprocesador cuando se encuentra trabajando el subsistema de audio. Cuanto menor sea el valor es mejor, pues significa que el sistema de audio requiere menos recursos del procesador principal.

Desempeño para la creación de multimedia. Se determinó el desempeño de las computadoras con sistema operativo Windows al realizar tareas en las cuales se involucre la edición conjunta de audio y video (Multimedia).

Desempeño en aplicaciones gráficas. Se analizó la capacidad de las computadoras para ejecutar aplicaciones que hacen uso extensivo de gráficos.

Desempeño en edición de video. Se midió la capacidad de las computadoras Apple para editar y para agregar efectos a una película casera grabada de una videocámara digital.

Temperatura de operación. Se verificó el incremento de temperatura en las partes accesibles al ser operadas bajo condiciones normales de alimentación y uso.

Duración de la batería, peso y dimensiones. Utilizando un software de pruebas se midió el tiempo de operación de la máquina con baterías en uso continuo; este tiempo puede aumentar según los hábitos de operación de cada usuario. Al igual que el peso y las dimensiones, los resultados son meramente informativos y no se consideraron para la evaluación global de los equipos.

Características y atributos. Dada la gran diversidad que ofrecen los equipos se incluye una tabla informativa con las características y atributos de cada uno de los equipos analizados.

Computadoras Ultra Portátiles

Marca / Modelo / País de origen / Garantía / Procesador / Velocidad / Memoria RAM / Disco duro / Pantalla (tamaño/tipo)	Evaluación Global	Aplicaciones de oficina	Disco Duro	CD-ROM	Multimedia		Creación de Multimedia	Aplicaciones Gráficas	Temperatura de Operación	Duración de la Batería (hr:min.)
					Video	Audio				
Dell / Latitude X200 / E.U. / 3 años / Pentium III Mobile / 800 MHz / 256 MB / 30 GB - 4200 r.p.m. / 12.1"-XGA	**MB**	MB	MB	E	B	E	MB	B	Baja	1:28
Compaq /Evo N410c / China / 3 años / Pentium III Mobile / 1.2 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 12.1"-XGA	**MB**	E	MB	B	B	MB	E	B	Alta	1:24
IBM / ThinkPad X30 (2672-4HS) / México / 3 años / Pentium III Mobile / 1.2 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 12.1"-XGA	**MB**	E	B	MB	B	MB	E	B	Alta	2:26
Acer / TravelMate C104TCi / Taiwán / 1 año / Pentium III Mobile / 900 MHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 10.4"-XGA	**MB**	B	R	MB	MB	MB	MB	R	Baja	2:07
Toshiba / Portégé 3500 / Japón / 3 años / Pentium III Mobile / 1.33 GHz / 256 MB / 40 GB-5400 r.p.m. / 12.1"-XGA	**B**	MB	R	MB	R	B	B	B	Media	1:29
Toshiba / Portégé 2000 / Japón / 3 años / Pentium III Mobile / 750 MHz / 256 MB / 20 GB-4200 r.p.m. / 12.1"-XGA	**B**	B	R	B	R	R	B	R	Media	4:24

Computadoras Portátiles Apple

Marca / Modelo / País de origen / Garantía / Procesador / Velocidad / Memoria RAM / Disco duro / Pantalla (tamaño/tipo)	Evaluación Global	Aplicaciones de oficina	Multimedia		Aplicaciones Gráficas	Edición de Video Digital	Temperatura de Operación	Duración de la Batería (hr:min.)
			Video	Audio				
Apple / PowerBook G4 17" / Taiwán / 1 año / PowerPC G4 / 1 GHz / 512 MB / 60 GB-4200 r.p.m. / 17"-Widescreen UXGA	**E**	E	E	E	E	E	Baja	1:50
Apple / PowerBook G4 15" / Taiwán / 1 año / PowerPC G4 / 1 GHz / 512 MB / 60 GB-4200 r.p.m. / 15.2"-Widescreen SXGA	**MB**	E	MB	E	E	E	Alta	1:31
Apple / PowerBook G4 12" / Taiwán / 1 año / PowerPC G4 / 867 MHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 12.1"-XGA	**MB**	E	MB	E	MB	E	Alta	2:05
Apple / iBook 14" / Taiwán / 1 año / PowerPC G3 / 800 MHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	**MB**	MB	B	MB	MB	MB	Media	3:09
Apple / iBook 12" / Taiwán / 1 año / PowerPC G3 / 800 MHz / 128 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 12.1"-XGA	**B**	MB	B	MB	B	MB	Media	2:44

Ficha técnica

Periodo de muestreo: del 28 de marzo al 15 de mayo de 2003.
Periodo de realización del estudio: del 6 de marzo al 30 de mayo de 2003.
Número de marcas y modelos analizados: 32 modelos de 10 marcas.
Número de pruebas realizadas: 512.
Número de pruebas realizadas por modelo: 16.

Computadoras Portátiles

Marca / Modelo / País de origen / Garantía / Procesador / Velocidad / Memoria RAM / Disco duro / Pantalla (tamaño/tipo)	Evaluación Global	Aplicaciones de oficina	Disco Duro	CD-ROM	Multimedia		Creación de Multimedia	Aplicaciones Gráficas	Temperatura de Operación	Duración de la Batería (hr:min.)
					Video	Audio				
Toshiba / Satellite Pro M10 / E.U. / 1 año / Centrino / 1.4 GHz / 512 MB / 40 GB-5400 r.p.m. /15"-XGA	E	E	E	E	E	E	E	MB	Media	2:57
IBM / ThinkPad T40 (2373-7BU) / Japón / 3 años / Centrino / 1.5 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	E	E	MB	E	E	E	E	E	Media	2:06
Dell / Latitude D600 / E.U. / 3 años Centrino / 1.5 GHz / 512 MB / 40 GB-5400 r.p.m. / 14.1"-SXGA	E	E	E	E	E	MB	E	MB	Media	1:50
Acer / TravelMate 800LCi / Taiwán / 1 año / Centrino / 1.3 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-SXGA	MB	E	E	E	E	R	E	E	Baja	3:23
Sony / Vaio PCG-GRZ270 / E.U. / 1 año / Pentium 4 Mobile / 2.4 GHz / 512 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA	MB	MB	B	E	E	MB	E	E	Media	1:07
Toshiba / Satellite Pro 6100 / Filipinas / 1 año / Pentium 4 Mobile / 2.2 GHz / 512 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-UXGA	MB	MB	MB	E	E	MB	E	MB	Media	1:16
Sony / Vaio PCG-GRZ230 / E.U. / 1 año / Pentium 4 Mobile / 2.4 GHz /256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA	MB	MB	MB	E	E	MB	MB	E	Media	1:34
IBM / ThinkPad T30 (2366-BS1) / México / 3 años / Pentium 4 Mobile / 2.0 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	MB	MB	MB	E	E	E	E	MB	Alta	1:34
Sony / Vaio PCG-GRX626 / E.U. / 1 año / Pentium 4 Mobile / 1.7 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA	MB	MB	R	MB	E	MB	MB	MB	Baja	1:58
Compaq / Evo N610c / China / 3 años / Pentium 4 Mobile / 2.0 GHz / 256 MB / 40 GB-5400 r.p.m. / 14.1"-SXGA	MB	MB	E	E	E	MB	E	B	Alta	1:41
Acer / TravelMate 281 XC / Taiwán / 1 año / Pentium 4 Mobile / 1.8 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	MB	MB	MB	E	MB	E	MB	B	Alta	2:14
Lanix / Neuron L3800 / México / 1 año / Pentium 4 Mobile / 1.7 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-SXGA	MB	MB	B	E	E	E	B	B	Media	1:48
HP / Pavilion ze5207 / Taiwán / 1 año / Pentium 4 / 2.4 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA	MB	MB	B	E	MB	MB	MB	MB	Alta	1:19
Sony / Vaio PCG-FR780 / E.U. / 1 año / Mobile AMD ATHLON XP 2000+ / 1.6 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	MB	MB	MB	MB	B	E	MB	MB	Media	1:19
IBM / ThinkPad R32 (2658-LS4) / Filipinas / 1 año / Pentium 4 Mobile / 1.8 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	MB	MB	B	E	MB	E	MB	MB	Alta	1:50
Acer / TravelMate 230XC / Taiwán / 1 año Celeron / 1.7 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	B	B	MB	E	MB	MB	MB	B	Media	2:05
Compaq / Evo N1020v / China / 1 año / Pentium 4 / 2.4 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA:	B	B	MB	E	MB	E	MB	MB	Alta	1:36
Alaska / Kayak 4400N / E.U. / 1 año Pentium 4 / 2.4 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 14.1"-XGA	B	MB	B	E	E	R	B	MB	Media	1:31
Compaq / Presario 2500LA / Taiwán / 1 año / Pentium 4 / 2.0 GHz / 256 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA	B	B	B	E	MB	B	B	MB	Media	1:52
Compaq / Evo N1015v / Taiwán / 1 año / AMD Athlon XP 1600+ / 1.4 GHz / 256 MB / 30 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA	B	B	MB	E	MB	B	B	B	Alta	1:40
Toshiba / Satellite 1135 / China / 1 año / Celeron / 2.0 GHz / 512 MB / 40 GB-4200 r.p.m. / 15"-XGA	B	B	R	E	MB	R	MB	B	Baja	1:43

E = Excelente; MB = Muy Bien; B = Bien; R = Regular.

Atributos

Marca / Modelo	Unidades Lectoras (lectura /escritura/ reescritura / DVD)	Conexion WIFI, Tipo / Instalado	Interfases de entrada / salida	Tipo de apuntador	Peso (g) / Dimensiones, alto X ancho X prof. (mm)	Software, incluido o preinstalado de fábrica
IBM Thinkpad X30 (2672-4HS)	no	802.11b	b,c(400), d(2), f (1/tipoll),i	PS con scroll	1690 / 31x272x221	* Lotus SmartSuite Millennium y Lotus Notes, PC Doctor
Acer TravelMate C104TCi	U3(24x/16x/10x/8x) Externo	no	b, c(400), d(2), f(1/tipoll), g(VGA)	TP con scroll	1560 / 35x254x225	Alias Wavefront SketchBook 1.0
Toshiba Portégé 2000	no	802.11b	a(SD), b, e(2), f(1/tipoll), g(VGA)	TP	1176 / 37x288x228	—
Toshiba Portégé 3500	no	802.11b	a(SD,CF), b, e(2), f(1/tipoll), g(VGA)	TP	1920 / 37x293x250	—
Dell Latitude X200	U1 (en la docking station), U2 (24x)	802.11b	c(400)*, d(2)*, f(1/tipoll), -g(VGA, RCA), i, j(1), k(1)	TP	** Sin/Docking Station 1340 / 26x276x234	—
Compaq Evo N410c	no	no	b, e(2), f(1/tipoll), g(VGA, RCA), i, k(1)	TP	1580 / 33x272x227	—
Acer TravelMate 230XC	U1, U3(24x/24x/10x/8x)	no	e(2), f(1/tipoll), g(VGA)	TP con scroll	2940 / 42x325x274	—
Toshiba Satellite 1135	U3 (24x/24x/10x/8x)	no	e(3), f(2/tipoll), g(VGA, S-Video)	TP	3010 / 43x328x284	Norton Antivirus 2003 (licencia por 3 meses)
Compaq Presario 2500LA	U1, U3 (24x/8x/8x/8x)	no	b, c(400), e(3), f(1/tipoll), g(VGA, S-Video), j(1)	TP con scroll	3380 / 50x328x275	Microsoft Works 7.0, Norton Antivirus 2002, Enciclopedia Encarta 2003
Compaq Evo N1020v	U1, U3 (24x/24x/10x/8x)	no	b, c(400), e(2), f(1/tipoll), g(VGA, S-Video), j(1)	TP con scroll	3340 / 41x327x265	—
HP Pavilion ze5207	U1, U3 (24x/24x/10x/8x)	no	b, c(400), e(3), f(1/tipoll), g(VGA, S-Video), j(1)	TP con scroll	3660 / 49x327x272	Microsoft Works 7.0, Norton Antivirus 2002, Enciclopedia Encarta 2003
Alaska Kayak 4400N	U1, U3 (24x/24x/10x/8x)	no	a(SC), b, c(400), e(2), f(1/tipoll), g(VGA, S-Video), j(1)	TP	3470 / 46x315x259	Corel WordPerfect Office 2000, Norton Antivirus 2003 (licencia por 3 meses)
Sony Vaio PCG-GRZ230	U3 (24x/24x/10x/8x)	no	a(MS- compatible con Magic Gate), c(400), e(3), f(2/tipoll), g(VGA), h, i	TP	3300 / 45x325x272	Sony SonicStage, Sony Picture Gear Studio, Sony DVgate, Sony MovieShaker, Adobe Photoshop Elements 2.0
Sony Vaio PCG-GRZ270	U5 (24x/16x/10x/8x)	no	a(MS- compatible con Magic Gate), c(400), e(3), f(2/tipoll), g(VGA), h, i	TP	3320 / 45x325x272	Sony SonicStage, Sony Picture Gear Studio, Sony DVgate, Sony MovieShaker
Compaq Evo N1015v	U1, U3 (24x/24x/10x/8x)	no	e(2), f(1/tipoll), g(VGA, S-Video), j(1)	TP con scroll	3240 / 41x327x265	—
Sony Vaio PCG-FR780	U1, U3(24x/16x/10x/8x)	no	c(400), e(3), f(2/tipoll), g(VGA), h	TP	3460 / 50x327x275	Sony SonicStage, Sony Picture Gear Studio, Sony DVgate, Sony MovieShaker, Adobe Photoshop Elements 2.0
Sony Vaio PCG-GRX626	U3(24x/16x/10x/8x)	no	a(MS), c(400), e(3), f(2/tipoll), g(VGA), h, i	TP con scroll	3780 / 49x350x290	Sony SonicStage, Sony Picture Gear Studio, Sony DVgate, Sony MovieShaker, Adobe Photoshop Elements 2.0, ArcSoft Photoprinter 2000 Pro
Toshiba Satellite Pro 6100	U1, U5(24x/16x/10x/8x)	802.11a/b	a(SD), b, e(2), f(2/tipoll), g(VGA, RCA), i, j(1), k(1)	PS	3020 / 43x329x284	Norton Antivirus 2002, Intuit Quicken Basic 2001
Lanix Neuron L3800	U1, U3(24x/8x/8x/8x)	no	b, c (2 de 400), d(2), f(2/tipoll), g(VGA, S-Video), j(1), k(1)	TP	3400 / 45x325x268	Sun StarOffice 5.2 en español, Terra Premium: acceso a Internet por 3 meses
IBM ThinkPad R32 (2658-LS4)	U3(24x/24x/10x/8x)	802.11b	b, d(2), f(1/tipoll), g(VGA, S-Video), i	PS, TP con scroll	2600 / 40x312x252	* Lotus SmartSuite Millennium y Lotus Notes, Norton Antivirus 2003 (licencia por 3 meses), PC Doctor
Acer TravelMate 281XC	U1, U3(24x/24x/10x/8x)	no	e(2), f(1/tipoll), g(VGA)	TP con scroll	2940 / 42x325x274	—
IBM ThinkPad T30 (2366-BS1)	U3(24x/8x/8x/8x)	802.11b	b, d(2), f(2/tipoll), g(VGA, S-Video), i, k(1)	PS, TP con scroll	2240 / 38x301x247	* Lotus SmartSuite Millennium y Lotus Notes, PC Doctor
Compaq Evo N610c	U3(24x/24x/10x/8x)	no	b, e(2), f(2/tipoll), g(VGA, S-Video), i, j(1), k(1)	PS, TP	2880 / 35x305x249	—
Toshiba Satellite Pro M10	U3(24x/24x/10x/8x)	802.11b	a(SD), b, c(400), e(2), f(2/tipoll), g(VGA, RCA), i	PS, TP con scroll	3040 / 42x324x288	Norton Antivirus 2002
IBM ThinkPad T40 (2373-7BU)	U3(16x/10x/24x/8x)	802.11b	b, e(2), f(2/tipoll), g(VGA, S-Video), i	PS, TP con scroll	2240 / 34x312x247	* Lotus SmartSuite Millennium y Lotus Notes, Norton Antivirus 2003 (licencia por 3 meses), PC Doctor

Atributos (Continuación)

Marca / Modelo	Unidades Lectoras	Conexion WIFI, Tipo / Instalado	Interfases de entrada / salida	Tipo de apuntador	Peso (g) / Dimensiones, alto X ancho X prof. (mm)	Software, incluido o preinstalado de fábrica
Acer TravelMate 800LCi	U3(24x/24x/10x/8x)	802.11b	a(SC), b, c(400), e(2), f(1/tipoII), g(VGA, S-Video), i	TP con scroll	2780 / 33x330x280	—
Dell Latitude D600	U3(24x/24x/10x/8x)	802.11b/g	b, e(2), f(1/tipoII), g(VGA, S-Video), i, k(1)	TP	2520 / 35x317x255	—
Apple PowerBook G4 17"	U4(24x/8x/4x/8x)	802.11b/g	c(400,800), d(2), f(1/tipoII), g(DVI, S-Video, con adaptador: RCA,VGA)	TP	3160 / 25.4x393x260	Apple Works y Microsoft Office v.X Test Drive, iTunes, iPhoto, iMovie, Microsoft Internet Explorer, QuickBooks
Apple PowerBook G4 15"	U4(24x/8x/4x/8x)	802.11b	c(400), d(2), f(1/tipoII), g(DVI, con adaptador: RCA,VGA, S-Video)	TP	2500 / 25.4x342x240	Apple Works y Microsoft Office v.X Test Drive, iTunes, iPhoto, iMovie, Microsoft Internet Explorer, QuickBooks
Apple PowerBook G4 12"	U3(24x/24x/10x/8x)	no	c(400), d(2), g(DVI, con adaptador: RCA,VGA, S-Video)	TP	2100 / 29x277x219	Apple Works y Microsoft Office v.X Test Drive, iTunes, iPhoto, iMovie, Microsoft Internet, Explorer, QuickBooks
Apple iBook G3 14"	U3(24x/24x/10x/8x)	no	c(400), d(2), g(DVI, con adaptador: RCA,VGA, S-Video)	TP	2700 / 29x277x219	Apple Works, iTunes, iPhoto, iMovie, Microsoft Internet Explorer
Apple iBook G3 12"	U3(24x/24x/10x/8x)	no	c(400), d(2), g(DVI, con adaptador: RCA,VGA, S-Video)	TP	2260 / 34x285x230	Apple Works, iTunes, iPhoto, iMovie, Microsoft Internet Explorer

Interfases de entrada / salida
a.- Ranura para MEMORY STICK (MS), SECURE DIGITAL (SD), COMPACT FLASH (CF), SMART CARD (SC).
b.- Cuenta con puerto infrarrojo.
c.- Conector firewire -i.link (IEEE 1394)-, No. / TIPO 400 u 800.
d.- Conectores USB 1.x (No.)
e.- Conectores USB 2.0 (No.)
f.- Cuenta con ranura PCMCIA, No. / TIPO.
g.- Salidas de video (Video compuesto, S-VIDEO, VGA, RCA, DVI).
h.- Salida A/V.
i.- Conector docking station / replicador de puertos.
j.- Conector PS/2 (No.).
k.- Puerto serial (No.).

Unidades lectoras (lectura/escritura/reescritura/DVD)
U1.- DRIVE DE 3.5"
U2.- CD-ROM
U3.- COMBO DVD-ROM/CD-RW
U4.- COMBO DVD-R, CD-RW
U5.- COMBO DVD-RW, CD-RW

Dispositivo apuntador, Pointing stick (PS) / Touchpad (TP) / Lápiz óptico (LO)

Centros de Atención al Cliente

Empresa	Teléfonos para Soporte	Soporte en Internet
Acer	D.F.: 5627-9400	www.acer.com. mx
Alaska	Del interior: 01-800-725-2752	www.alaska.com.mx
Apple	D.F.: 5209-1200	www.apple. com
Compaq	D.F.: 5258-9922	www.hp.com.mx
	Del interior: 01-800-4COMPAQ	
Dell	001-877-384-8979	www.dell.com.mx
Hewlett Packard	D.F.: 5258-9922	www.hp.com.mx
	Del interior: 01-800-472-6684	
IBM	D.F.: 5270-3000	www.ibm.com.mx
Lanix	01-800-715-2649	www.lanix.com.mx
Sony	D.F.: 2122-9819	www.sony.com.mx
	Del interior: 01-800-715-4331	
Toshiba	D.F.: 5249-6500	www.toshiba.com.mx

Los modelos analizados...

1. Incluyen batería recargable de ion-litio.
2. La mayoría utiliza el sistema operativo Microsoft® Windows XP en sus versiones Home y Professional, las cuales difieren entre sí básicamente en que la versión Professional cuenta con un mayor soporte para trabajo en red. El modelo de Dell, Latitude X200, presenta el sistema operativo Microsoft® Windows 2000 Professional. Las computadoras tipo tablet utilizan el sistema operativo Microsoft® Windows XP Tablet edition. Las computadoras de Apple utilizan el sistema operativo Mac OS X.
3. La mayoría incluye una tarjeta de red 10/100BASE-T. Los modelos IBM ThinkPad T40, Dell Latitude D600, y los Apple PowerBook G4 de 15" y 17", incluyen tarjetas de red 1000BASE-T.
4. La mayoría cuenta con salida para audífono y micrófono integrado o incluye la entrada correspondiente. Los modelos Toshiba Satellite 1135, IBM ThinkPad X30 y ThinkPad T30, Acer TravelMate 230XC, TravelMate 281XC y TravelMate 800LCi incluyen además una entrada de audio.
5. Los modelos IBM ThinkPad X30 y los Apple PowerBook G4 12", 15" y 17" cuentan con interfase BLUETOOTH.
6. Todas cuentan con puerto paralelo excepto la ACER TravelMate C104TCi, TOSHIBA Portégé 3500 y TOSHIBA Portégé 2000 y las Apple.
7. Las COMPAQ Evo, Dell, Apple, las Toshiba Satellite Pro M10, Portégé 3500, Portégé 2000 y ACER TravelMate 800Lci incluyen un módem integrado V.92 de 56K; las demás incluyen el V.90 de 56K. La diferencia es que el V.92 permite la función de llamada en espera.

Características de las laptop

Algunas de las características de los modelos analizados son:

Procesadores y velocidad (frecuencia de operación). El procesador (central, principal o microprocesador) es el cerebro de la computadora. Ahí se llevan a cabo las operaciones necesarias para que los programas funcionen. Como se describe más adelante existe una gran variedad de procesadores, y algunos de ellos corresponden a tecnologías sustancialmente distintas.

La velocidad del procesador (frecuencia de operación) es la velocidad del reloj interno de un microprocesador. Normalmente se especifica en Megahertz (MHz) o Gigahertz (GHz) y determina el ritmo al que se efectúan las operaciones dentro de los circuitos de procesamiento interno de la computadora. En términos generales, para procesadores de una misma tecnología, a mayor frecuencia de operación mejor desempeño en la realización de tareas intensivas (por ejemplo, las operaciones de una hoja de cálculo).

Las computadoras portátiles analizadas que utilizan el Sistema Operativo Windows incluyen procesadores de la marca Intel (**Pentium III**, **Celeron**, **Pentium 4**, **Pentium 4 Mobile** y **Centrino**), o el **Athlon XP** de la marca AMD. Sus frecuencias (velocidades) de operación se encuentran entre los 750 MHz y los 2.4 GHz. Actualmente, los procesadores Pentium III han quedado relegados por los procesadores Pentium 4, sin embargo, por sus características físicas y funcionales los Pentium III —en su versión Mobile— se siguen utilizando en algunas computadoras como las Ultra Portátiles, las cuales incluyen las tipo Tablet (aquellas que permiten escribir directamente en la pantalla utilizando un lápiz óptico).

Un desarrollo reciente de Intel® es el procesador denominado Centrino, que se introdujo a México el pasado mes de abril. No obstante que sus frecuencias de operación —entre 1.3 y 1.5 GHz— son menores a las de los Pentium 4 analizados —entre 1.7 y 2.4 GHz—, el Centrino ofrece un mejor desempeño y un mayor aprovechamiento de la energía, lo que implica una menor temperatura de operación y una mayor duración de las baterías. Éste es un caso en que una mayor frecuencia de operación del procesador no necesariamente implica un mejor desempeño de la computadora.

Otro tipo de procesadores son los denominados **PowerPC G4** y **G3** de la marca IBM, utilizados en las máquinas Apple, las cuales utilizan el Sistema Operativo Mac OS X. La tecnología de estos procesadores para el manejo de la información es diferente, por lo que el desempeño de las computadoras Apple no puede compararse con las que usan procesadores Intel o AMD sólo por la frecuencia (velocidad) a la que operan.

Disco duro. Es un dispositivo interno donde se almacenan físicamente los programas, el sistema operativo y los archivos de trabajo (software). Aproximadamente el 87% de las computadoras portátiles analizadas presentó discos duros de 4200 r.p.m., y el 13% restante de 5400 r.p.m. Esto puede ser importante puesto que a mayor velocidad de giro del disco duro mayor velocidad de acceso y transferencia de datos.

Unidad lectora (drive). Es el nombre genérico de los dispositivos que permiten leer distintos medios de almacenamiento, como el disco flexible de 3.5", CD o DVD. Las tendencias indican que las unidades de disquetes de 3.5" tienden a desaparecer. Sólo el 31% de las muestras analizadas cuenta con una unidad de disquete integrada al equipo, en tanto que el 72% cuentan con unidades combo DVD-ROM/CD-RW, la cual permite ver películas en formatos DVD o VCD, además de grabar información en formatos CD-R o CD-RW. Un dato importante en la selección de una unidad lectora son las velocidades de lectura, de escritura y reescritura (sólo para formatos RW) que se expresan indicando el valor seguido de una X, separados por diagonales, por ejemplo 24x/16x/10x. En el caso de las unidades combo que integran un lector DVD se agrega un cuarto valor para describir su velocidad de reproducción. Para cada valor, mayor es mejor.

Memoria RAM (Memoria de Acceso Aleatorio). Es un circuito electrónico que permite que los programas que se están usando en la computadora tengan un espacio donde puedan funcionar. La cantidad de memoria RAM se indica en MB. En general, incrementar la memoria RAM contribuye a mejorar el desempeño de la computadora.

Calentamiento. Por las dimensiones y características físicas de las computadoras portátiles es comprensible que su temperatura de operación se mantenga relativamente alta, lo que en algunos casos puede llegar a ser molesto, sobre todo después de un periodo de funcionamiento considerable. Por ello es recomendable que estos equipos operen sobre superficies que no dificulten su ventilación. También ayuda que el administrador de energía se configure para que ponga en inactividad la computadora cuando detecta que se ha dejado de trabajar con ella. Evitar el sobrecalentamiento del equipo ayuda a prolongar su vida útil y la de la batería.

Una mayor frecuencia de operación del procesador no necesariamente implica un mejor desempeño de la computadora.

Comunicando a su computadora

Para conectar su computadora con algún dispositivo periférico o una red de área local (LAN), requiere que el equipo cuente con un puerto diseñado para este fin. A continuación le señalamos las alternativas:

Serie y paralelo. Son los puertos de conexión más antiguos para impresoras y ratones; el desarrollo de la tecnología los ha ido reemplazando por otros puertos denominados USB y Firewire.

USB 1.1 Es un puerto de conexión muy común y fácil de usar; la mayoría de las impresoras, cámaras digitales, ratones y escáners que se comercializan en el mercado nacional se conectan mediante este tipo de puerto. Su velocidad de conexión es de hasta 12 Mbps.

USB 2.0. Físicamente idéntica al USB 1.1, es una nueva versión que ofrece mayor velocidad de transferencia de información (hasta 420 Mbps). Dada su novedad aún existen pocos dispositivos periféricos USB 2.0. que hagan uso al cien por ciento de esta tasa de transferencia de datos. Es totalmente compatible con dispositivos con conexión USB 1.1.

Firewire o iLink (estándar de conexión IEEE 1394). Se desempeña muy bien para transferir audio y video digital; todas las videocámaras digitales se conectan a la computadora por este medio, cuya velocidad de transferencia es de 400 Mbps.

Firewire 800. Es la nueva versión del estándar IEEE 1394 cuya velocidad de transferencia se ha duplicado (800 Mbps). Actualmente existen pocos dispositivos periféricos con capacidad de conexión Firewire 800. A diferencia de los USB 1.1 y 2.0, este puerto difiere físicamente del Firewire 400 ya que presenta un conector tipo peine de 9 pines, en comparación de los 6 pines de la primera generación de este puerto.

Wi-Fi (Wireless Fidelity). Tecnología inalámbrica para conexión a redes de área local (LAN) para computadoras que usan el estándar de conexión IEEE 802.11. Es un estándar de conexión inalámbrica a redes de computadora. Algunas computadoras portátiles están preparadas para hacer uso de esta tecnología con sólo instalar una tarjeta PCMCIA 802.11 (Wireless Ready). Algunos centros comerciales están en proceso de instalar esta tecnología para permitir a sus clientes ingresar en forma inalámbrica a su red y navegar por Internet cuando estén dentro de sus instalaciones. Estos dispositivos permiten la conexión inalámbrica entre la computadora y el nodo de red hasta 90 metros (sin repetidores). Los dispositivos Wi-Fi presentan una terminación con una letra *a*, *b* o *g*, al final de la designación del estándar de conexión IEEE 802.11, la cual indica la velocidad de comunicación con la cual puede conectarse este dispositivo a la red y la frecuencia de radio a la cual realiza la comunicación inalámbrica. Por ejemplo, el estándar de conexión 802.11a tiene una velocidad de comunicación de 54 Mbps y trabaja en la banda de radio de 5 a 6 GHz; el 802.11b presenta una velocidad de comunicación de 11 Mbps y trabaja en la banda de 2.4 GHz; el 802.11g, que integra lo mejor de la tecnología de sus dos predecesoras, cuenta con una velocidad de comunicación de hasta 54 Mbps y trabaja en la banda de 2.4 GHz, lo que lo hace compatible con redes que trabajan bajo el estándar 802.11b.

Bluetooth. Es una novedosa tecnología de conexión inalámbrica entre la computadora y dispositivos periféricos, con un alcance de hasta 10 metros entre ellos. Algunas impresoras y teléfonos celulares ya cuentan con esta tecnología. Para usarla, su computadora requiere un módulo Bluetooth.

Módem. Es el dispositivo que permite conectar una computadora a Internet a través de la línea telefónica. La entrada de conexión del módem para la línea telefónica es la RJ-11.

Puerto Ethernet. Es el dispositivo que permite a la computadora conectarse a través de un cable a una red de computadoras de área local (LAN). A la entrada de conexión comúnmente empleada para este puerto se le conoce como RJ-45.

Ranura PCMCIA. Es un puerto que acepta tarjetas PCMCIA. Puede funcionar como adaptador de conexión para una gran cantidad de dispositivos externos como un módem, un adaptador de red alámbrica o inalámbrica, unidades ópticas como un CD-ROM, unidades magnéticas como floppy disk o discos duros, puertos adicionales como el tipo paralelo para conexión de una impresora a las computadoras tipo Tablet.

Ranura para Memory Stick (MS). Permite insertar tarjetas de memoria tipo MS, mismas que usan algunas videocámaras y cámaras digitales para almacenar fotos, audio o video de baja resolución con la finalidad de leerlo en la computadora.

Ranura para Secure Digital (SD). Similar a la ranura para MS. Permite insertar tarjetas de memoria tipo SD, que también almacenan fotos, audio o video de baja resolución.

Unidades Lectoras (drives). La mayoría de las computadoras vienen con al menos una unidad lectora o combinaciones. La siguiente guía le explica lo que ofrece cada una de ellas.

- **Floppy disk.** Es la más común; utiliza discos flexibles de 3.5 pulgadas con capacidad de almacenamiento de 1.44 MB, que resulta ya muy limitada.
- **CD-ROM** (Disco Compacto-Memoria de Sólo Lectura). Es el medio óptico de almacenamiento más común en la actualidad; permite leer datos, programas, fotos, etcétera, grabados en CD.
- **CD-RW** (Disco Compacto Reescribible). Puede leer CD's de audio y CD-ROM's, además de grabar datos, audio y video de baja resolución una sola vez en discos CD-R (grabables); o puede grabar varias veces en discos CD-RW (reescribibles). Los discos CD-R y CD-RW son económicos y resultan una alternativa muy útil para respaldar información, evitando así que ésta se pierda.
- **Combo DVD-ROM/CD-RW** (Disco Versátil Digital-Memoria de Sólo Lectura). Es similar a la unidad CD-RW, con la ventaja de que puede leer los nuevos discos DVD-ROM que tienen una mayor capacidad de almacenamiento (4.7 GB) y reproducir las películas en formato DVD-Video.
- **Unidad DVD-R** (Disco Versátil Digital-Grabable). Puede leer DVD-ROM's y grabar una vez sobre discos vírgenes DVD-R. Los discos DVD-R ya no son costosos y por la calidad y capacidad que presentan son un buen medio para almacenar video digital.
- **Unidad DVD-RW** (Disco Versátil Digital-Regrabable). Versión del formato DVD-R que puede escribir en discos DVD-RW, hasta en 1000 ocasiones.

Glosario

Bit. Es la unidad básica de información que maneja una computadora.

Byte. El Byte sirve como unidad de medida de la cantidad de información grabada en una computadora (ya sea en disco duro, CD-ROM's, discos flexibles, etcétera). 8 bits forman un Byte. Para ejemplificar lo anterior, se puede decir que la letra A representa 1 Byte (8 bits) y la palabra HOLA representa 4 Bytes.

Conectividad Plug&Play (Conectar y usar). Se refiere a la característica que ofrece el sistema operativo para conectar cualquier dispositivo periférico, como un ratón, sin necesidad de instalar previamente un programa controlador especial.

Hardware. Es el conjunto de componentes electrónicos, tarjetas, periféricos y equipo que conforman un sistema de computación; se distinguen de los programas (software) porque éstos le indican a los componentes mencionados lo que deben hacer.

Mbps. Significa Megabits por segundo y equivale a transferir 1 millón de bits por segundo.

Navegador para Internet. Programa que permite a una computadora conectada a Internet tener acceso a los sitios que existen en la red mundial de información (World Wide Web —www—).

Pantalla TFT (Thin Film Transistor). Es la designación técnica del tipo de tecnología con que están fabricadas las pantallas de cristal líquido (LCD) a colores de las computadoras portátiles. Cada pixel de la pantalla está controlado por su propio transistor. Significa Transistor de Película Delgada.

Pixel. Es el elemento gráfico más pequeño (punto) que exhibe la pantalla para generar una imagen.

Software. Programas de sistema, utilerías o aplicaciones, para computadora, expresados en un lenguaje de máquina.

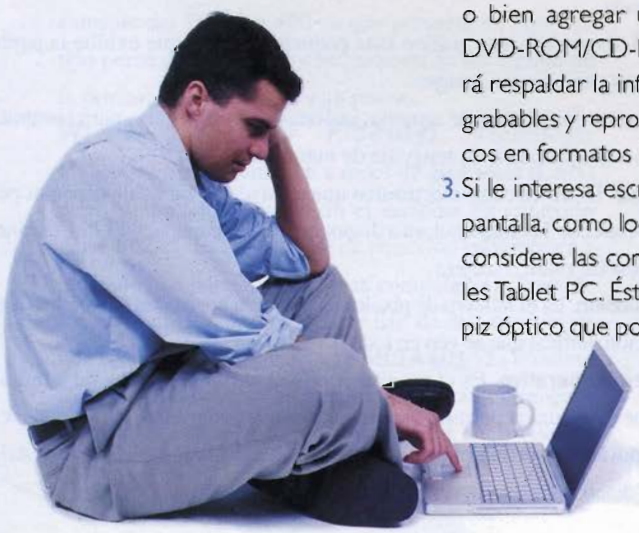
Puerto. Es un circuito electrónico que a través de un cable especial permite conectar la computadora a dispositivos como cámara digital, escáner, impresora, ratón, etcétera.

Resolución. Es el número de pixeles en posición horizontal y el de líneas en posición vertical que se ven en toda la pantalla.

Sistema operativo. Es el programa principal que a manera de administrador de recursos permite que el resto de los programas instalados en la computadora puedan operar sobre todos los dispositivos físicos instalados (disco duro, memoria RAM, módem, etcétera).

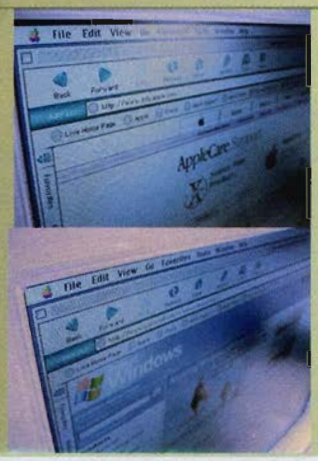
Conclusiones y recomendaciones

1. Todos los equipos analizados son competentes para atender las aplicaciones más comunes, que son un procesador de palabras, una hoja de cálculo, algunos juegos que no impliquen imágenes demasiado elaboradas, o el navegar ocasionalmente por Internet. En estos casos puede ser suficiente una configuración que incluya un disco duro de 20 o 30 GB, 128 MB de memoria RAM y un procesador Pentium 4 o equivalente. Los procesadores con menor capacidad tienen el riesgo de una pronta obsolescencia.
2. Una forma de mejorar su equipo es incrementar la memoria RAM, aumentar la capacidad del disco duro, o bien agregar una unidad combo DVD-ROM/CD-RW que le permitirá respaldar la información en discos grabables y reproducir los nuevos discos en formatos DVD.
3. Si le interesa escribir o dibujar en su pantalla, como lo haría en una libreta, considere las computadoras portátiles Tablet PC. Éstas le ofrecen un lápiz óptico que podrá desplazar sobre la pantalla de la computadora, además de que su tamaño y peso son menores que otros modelos portátiles. Estos equipos pueden efectuar casi las mismas tareas que la más reciente generación de procesadores, aunque en mayor tiempo y con restricciones de desempeño en audio y video. Por lo general no cuentan con unidades lectoras (CD-ROM, unidad disquetes de 3.5", etcétera).
4. Tenga en cuenta que los equipos de cómputo se mantienen actuales durante unos 24 meses, es decir, que independientemente de lo poderosa y moderna que sea su computadora, en poco tiempo habrá otra que por el mismo precio le ofrezca mayor velocidad y nuevas o mejores capacidades. Por todo ello, es importante que reflexione cuidadosamente sobre el uso que le dará al equipo, y que adquiera el que mejor se adapte a sus necesidades inmediatas.
5. Considere que una computadora se vuelve obsoleta sólo cuando ya no tiene capacidad para cumplir con sus requerimientos personales y no porque existan equipos con características más avanzadas.



Buenos hábitos

1. Actualice su sistema operativo con las últimas adecuaciones al sistema, por ejemplo "parches" del programa que corrigen deficiencias y mejoran el desempeño. Si usted trabaja con Windows visite el sitio oficial de Microsoft www.microsoft.com. Si usa Apple (Mac) visite directamente el sitio www.apple.com. Por lo regular las actualizaciones son gratuitas.
2. Si su computadora no cuenta con un programa antivirus actualizado, no dude en adquirirlo de inmediato para proteger su trabajo y la privacidad de su información, especialmente si hace uso de Internet.
3. Manténgase al pendiente cuando sus hijos naveguen por Internet; verifique los sitios que visitan y las personas que contactan.



6. Al decidir el tamaño de la pantalla, considere que aunque es deseable un mayor tamaño para trabajar mejor y evitar la fatiga visual, el peso y dimensiones de la computadora aumentan, lo que afecta su portabilidad, además de incrementar considerablemente su costo.
7. Si piensa que necesita actualizar su computadora, primero analice con calma y muy detenidamente sus necesidades actuales y futuras. Con frecuencia la actualización de un equipo resulta más costosa que adquirir otra computadora con la configuración requerida.

Si requiere más información sobre este estudio, comuníquese a nuestro Laboratorio de Pruebas a los teléfonos 5544-2122 si vive en el área metropolitana de la Ciudad de México. También puede consultar los estudios de calidad en Internet si visita nuestra página www.profeco.gob.mx

Recomendaciones de compra y uso

1. Verifique que el equipo y los accesorios que se indican en la factura y en el manual de usuario sean los que el proveedor le entrega al realizar la compra.
2. Antes de trabajar con su nueva computadora, revise el manual de usuario, en particular en lo referente a restricciones y precauciones, a fin de evitar errores en la configuración o instalación de su equipo.
3. Asegúrese de que los programas preinstalados o que acompañan a los accesorios de su máquina incluyan la licencia del fabricante o propietario de los derechos del software.
4. Cuando encienda su computadora por primera vez, no conecte dispositivos como una impresoras o un escáner. Éstos deben conectarse o instalarse después de completar la configuración inicial de su computadora.
5. Antes de apagar su computadora cierre todas las aplicaciones en uso para evitar fallas de funcionamiento al volver a encenderla.
6. Es recomendable conservar un respaldo actualizado de la información que considere de mayor importancia.
7. No coloque una computadora portátil en posiciones que obstruyan la entrada de aire del ventilador y salida de calor del sistema.
8. Procure no tocar la superficie de la pantalla con los uñas o la punta de un lápiz o un bolígrafo. Al limpiarla, use telas antiestáticas secas y líquidos especiales para este tipo de pantallas (sin alcohol, sin jabón y sin agentes abrasivos), y hágalo sólo cuando la computadora esté apagada.

Cuánto cuesta

El mercado de las computadoras portátiles ofrece una gran variedad de equipos, por lo que la respuesta a la interrogante ¿qué equipo comprar?, debe ser precedida por la pregunta ¿para qué lo voy a usar?, mucho de lo cual depende tanto de las necesidades de trabajo como de acceso a la comunicación.

El precio de la computadora portátil puede ser un factor decisivo para su adquisición, ya que de éste depende la clase de equipo que uno va a comprar y de si con ello logra o no satisfacer las expectativas generadas con respecto a la computadora, así como justificar su gasto.

En los últimos años, la evolución en el mercado de las computadoras portátiles ha sido grande, por lo que en la actualidad la tecnología móvil satisface una gran cantidad de necesidades de trabajo, comunicación, ocio o diversión. A ello se debe que la mayoría de los fabricantes de esta tecnología cuenten con varios modelos de computadoras.

En México hay más de 150 empresas que fabrican o ensamblan computadoras, además de 1,223 distribuidores de estos aparatos que comercializan más de 20 marcas.

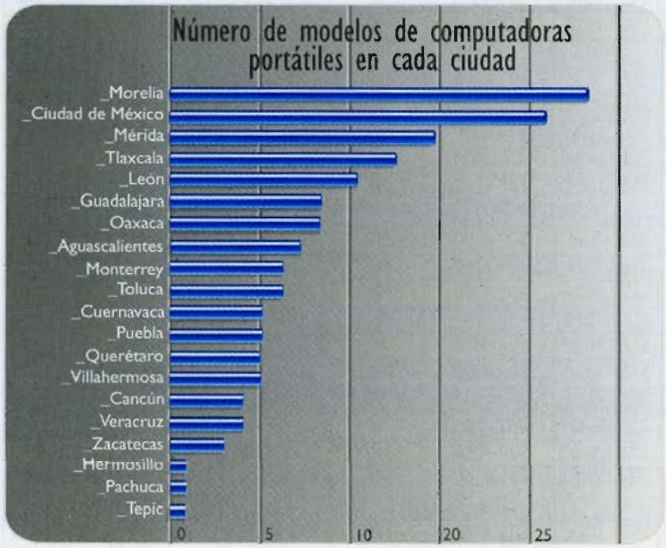
La investigación

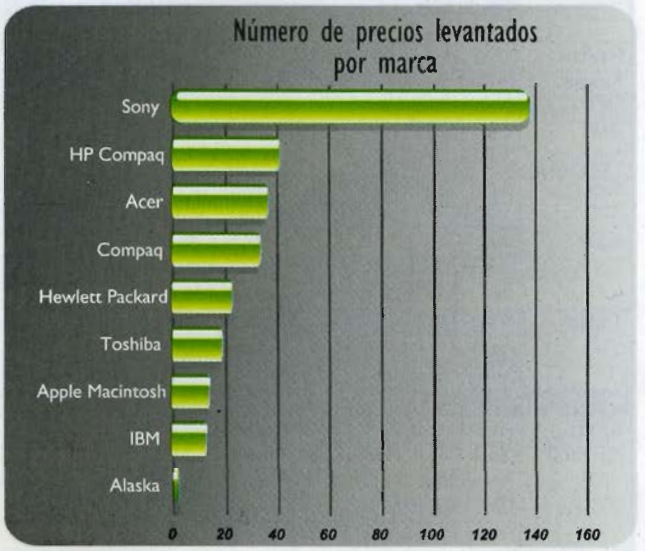
En esta sección se mostrarán los precios de 27 de los 32 modelos de computadoras portátiles a los que el Laboratorio Profeco realizó pruebas de calidad. Estos precios fueron registrados entre el 12 de mayo y el 2 de junio de 2003 en establecimientos comerciales de 20 ciudades donde opera el programa *Quién es Quién en los Precios*.

Los 27 modelos de los que se obtuvieron estos precios fueron clasificados en computadoras ultra portátiles (cuyas pantallas miden de 10 a 12 pulgadas y cuyo peso no es mayor de 2.2 kg); laptops (con pantallas de entre 14 y 15 pulgadas y alrededor de 4 kg de peso); y las Macintosh (que utilizan procesadores especiales y sistemas operativo Mac OS X, con pantallas desde 12 hasta 17 pulgadas).

Disponibilidad de los modelos

Al ser un producto altamente especializado, la disponibilidad de las computadoras portátiles es muy escasa, ya que de las 20 ciudades donde se recabaron sus precios, únicamente en cinco de ellas se obtuvieron los precios de entre 10 y 22 modelos. En el resto de las ciudades se registró la presencia de menos de 8 modelos; aun más, en las ciudades de Hermosillo, Pachuca y Tepic sólo estuvo presente un modelo. Por su parte, las marcas de los modelos que registraron una mayor presencia en las 20 ciudades fueron Sony, HP Compaq y Acer.





Precios y características

Los precios de los 27 modelos analizados difieren sustancialmente de acuerdo con su tipo y con sus características, tales como el procesador con que cuentan, la cantidad de memoria RAM (la instalada y la máxima expandible), la cantidad de memoria caché integrada al procesador, la capacidad del disco duro, la unidad combo: DVD-ROM, CD-RW, tarjeta de red integrada, conector Firewire -i.link (ieee 1394), etcétera. Por ello le sugerimos informarse sobre sus necesidades reales para que no pague por algo que no necesita.

De las computadoras que fueron clasificadas como ultra portátiles, los precios observados en las 20 ciudades muestreadas fueron desde $24,171.00 hasta $35,800.00. El precio más bajo lo registró el modelo TravelMate C104Tci de la marca Acer, y el más alto correspondió al modelo Portégé 3500 de Toshiba. No obstante, si bien estos dos modelos cuentan con la tecnología del procesador Pentium III Mobile, la de precio más bajo trabaja a una velocidad de 900 MHz mientras que el del modelo más caro lo hace a 1.33 GHz, además de que este último modelo cuenta con Wi-Fi (estándar de conexión a redes inalámbricas) y ranuras para tarjetas de memoria (SD: Secure Digital y CF: Compact Flash), entre otras características, lo que incrementa su precio.

En el caso de las computadoras laptops, los precios oscilaron entre $13,480.00 y $40,345.00. El modelo Evo N1015v de la marca Compaq fue el de precio más bajo; el Satellite Pro M10 / SP 405 de la marca Toshiba fue el más alto. El factor principal de esta diferencia de precio es el tipo de procesador, ya que mientras el primero cuenta con un AMD Athlon XP 1600 y trabaja a una velocidad de 1.4 GHz, el segundo cuenta con el procesador Centrino/1.4 GHz, la más reciente innovación en procesadores; como se observa, ambos corren a la misma velocidad. Cabe resaltar que los procesadores Centrino cuentan con la característica de un mayor aprovechamiento del uso de la energía, con lo que se incrementa la duración de las baterías. Por último, el modelo de Toshiba, además de ser mejor en el tipo de procesador, cuenta con la unidad Combo DVD-ROM, CD-RW y estándar de conexión a redes inalámbricas (Wi-Fi), entre otras, lo que hace que su precio sea más alto que el primero.

Precios y características de computadoras portátiles según clasificación

Marca / Modelo		Procesador / Velocidad (GHz):	Memoria Caché L2	Memoria RAM	Disco Duro (Capacidad en Gb/ R.P.M.)	Evaluación Global	Precios en las 20 ciudades de la muestra		
							Máximo	Promedio	Mínimo
Ultra portátiles									
Acer	TravelMate C104 TCi	Pentium III Mobile / 900 MHz	512	256 / 512	40 / 4200	MB	27,527.00	26,347.00	24,171.00
Compaq	Evo N410c	Pentium III Mobile / 1.2 GHz	512	256 / 1024	30 / 4200	MB	30,522.00	28,874.33	25,890.00
Toshiba	Portégé 2000	Pentium III Mobile / 750 MHz	512	256 / 512	20 / 4200	B	28,680.00	27,533.75	26,663.00
	Portégé 3500	Pentium III Mobile / 1.33 GHz	512	256 / 1024	40 / 5400	B	35,800.00	34,162.33	32,500.00
Laptops									
Acer	TravelMate 230 XC	Celeron / 1.7 GHz	256	256 / 1024	30 / 4200	B	17,468.00	15,100.50	13,685.00
	TravelMate 281 XC	Pentium 4 Mobile / 1.8 GHz	512	256 / 1024	30 / 4200	MB	18,593.00	17,930.30	16,733.00
	TravelMate 800 LCi	Centrino / 1.3 GHz	512	256 / 1024	40 / 4200	MB	29,999.00	27,831.67	26,398.00
Alaska	Kayak 4400N	Pentium 4 / 2.4 GHz	512	256 / 1024	30 / 4200	B	21,735.00	19,759.89	17,784.78
Compaq	Evo N1015v	AMD Athlon XP 1600+ / 1.4 GHz	512	256 / 1024	30 / 4200	B	17,526.00	15,653.00	13,480.00
	Evo N1020v	Pentium 4 / 2.4 GHz	512	256 / 1024	40 / 4200	B	27,373.00	22,795.00	20,000.00
	Evo N610c	Pentium 4 Mobile / 2.0 GHz	512	256 / 1024	40 / 5400	MB	31,510.00	28,910.33	26,060.00
Hewlett Packard	Pavilion Ze5207	Pentium 4 / 2.4 GHz	512	256 / 1024	40 / 4200	MB	28,000.00	24,830.70	21,149.00
HP Compaq	Presario 2500 LA	Pentium 4 / 2.0 GHz	512	256 / 1024	40 / 4200	B	25,643.00	23,436.25	20,397.00
IBM	ThinkPad R32 (2658-LS4)	Pentium 4 Mobile / 1.8 GHz	512	256 / 1024	30 / 4200	MB	22,000.00	19,556.70	17,765.00
	ThinkPad T30 (2366-BS1)	Pentium 4 Mobile / 2.0 GHz	512	256 / 1024	40 / 4200	MB	25,220.00	22,254.50	21,153.00
Sony	Vaio PCG-FR780	Mobile AMD ATHLON XP 2000+ / 1.667 GHz	256	256 / 1024	30 / 4200	MB	22,925.00	21,876.91	20,145.00
	Vaio PCG-GRX626	Pentium 4 Mobile / 1.7 GHz	512	256 / 512	30 / 4200	MB	24,200.00	22,576.88	20,842.00
	Vaio PCG-GRZ230	Pentium 4 Mobile / 2.4 GHz	512	256 / 1024	30 / 4200	MB	27,852.00	25,664.91	23,499.00
	Vaio PCG-GRZ270	Pentium 4 Mobile / 2.4 GHz	512	512 / 1024	40 / 4200	MB	32,823.00	31,407.31	29,899.00
Toshiba	Satellite 1135	Celeron / 2.0 GHz	256	512 / 1024	40 / 4200	B	20,287.00	19,775.25	18,900.00
	Satellite Pro M10 / SP 405	Centrino / 1.4 GHz	512	512 / 1024	40 / 5400	E	40,345.00	40,345.00	40,345.00
	Satellite Pro 6100	Pentium 4 Mobile / 2.2 GHz	512	512 / 1024	40 / 4200	MB	36,745.00	34,498.40	32,152.00
Macintosh									
Apple Macintosh	iBook G3 12" M8861 LL/A	PowerPC G3 / 800 MHz	512	128 / 640	30 / 4200	B	17,437.00	16,484.33	15,836.00
	iBook G3 14" M8862 LL/A	PowerPC G3 / 800 MHz	512	256 / 640	30 / 4200	MB	20,349.00	18,305.50	16,262.00
	Power Book G4 12" M8760 LL/A	PowerPC G4 / 867 MHz	256	256 / 640	40 / 4200	MB	27,412.93	24,608.85	23,000.00
	Power Book G4 15" M8859 Z/A	PowerPC G4 / 1 GHz	256	512 / 1024	60 / 4200	MB	39,846.00	39,846.00	39,846.00
	Power Book G4 17" M8789 LL/A	PowerPC G4 / 1 GHz	256	512 / 1024	60 / 4200	E	42,523.55	41,261.78	40,000.00

Nota: Las celdas sombreadas indican los precios máximos y mínimos, según clasificación, encontrados entre las 20 ciudades de la muestra.
Evaluación global: E = Excelente MB = Muy Bien B = Bien

Los modelos de la marca Apple Macintosh registraron precios entre $15,836.00 y $42,523.55. El modelo de menor precio fue el iBook G3 12" M8861 LL/A, el cual cuenta con una pantalla de 12" y un procesador PowerPC G3 con velocidad de 800 MHz, en tanto que el modelo que registró el precio más alto fue el Power Book G4 17" M8789 LL/A que tiene una pantalla de 17" y un procesador PowerPC G4, el cual es más veloz que el del primer modelo (1 GHz). Aunado a ello, el modelo más caro cuenta con la conexión estándar a redes inalámbricas, una memoria RAM de 512/1024, mientras que la del modelo más económico es de 128/640. La capacidad del disco duro también es superior, de 60 Gb, mientras que la del otro es de 30 Gb.

También debe tener en cuenta que los precios de un mismo modelo pueden variar sustancialmente entre los diferentes establecimientos.

Como se observa en tabla de esta página, la mayor diferencia de precios de un mismo modelo se registró en la laptop modelo Evo N1020v marca Compaq, y fue de $7,373.00. El precio más bajo y más alto de este modelo se registró en la ciudad de Tlaxcala.

Otro ejemplo lo encontramos en el modelo Evo N410c de Compaq, que en Mérida registró un precio de $25,890.00 y en Morelia de $30,522.00 (vea la tabla de la página siguiente).

En esta misma tabla se observan las calificaciones globales que obtuvieron cada uno de los modelos en las pruebas de calidad realizadas por el laboratorio. Las calificaciones otorgadas a algunos de los modelos de Laptops y Macintosh registraron una relación directa con su precio, ya que los modelos calificados con E (Excelente) registraron los precios más altos, mientras que los modelos que obtuvieron una calificación más baja, como B (Bueno), fueron los de menor precio. Lo anterior no ocurre con las ultra portátiles.

Precios de computadoras portátiles en las ciudades de Morelia, México y Mérida

Marca / Modelo		Precios en las ciudades de					
		Morelia		México		Mérida	
		Menores precios	Establecimiento	Menores precios	Establecimiento	Menores precios	Establecimiento
Ultra portátiles							
Acer	TravelMate C104 TCi	24,171.00	Sistemas Cibernético de Cómputo, S.A.	26,165.00	Sam's Club	26,615.00	Sam's Club
Compaq	Evo N410c	27,314.00	Servi Tec			25,890.00	Compufax S.A. de C.V.
Toshiba	Portégé 2000	27,292.00	Sistemas Cibernético de Cómputo, S.A.	26,663.00	Integración Tecnológica de Sistemas S.A. de C.V.	28,680.00	Informática Ruse
	Portégé 3500	33,986.00		32,500.00		33,688.00	Jlr Computadoras
Laptops							
Acer	TravelMate 230 XC	14,120.00	Sistemas Cibernético de Cómputo, S.A.	13,685.00	Integración Tecnológica de Sistemas, S.A. de C.V.		
	TravelMate 281 XC	18,250.00		17,735.00	Grupo Tecnocomp		
	TravelMate 800 LCi			26,398.99	Jg Sistemas de Informática, S.A. de C.V.		
Alaska	Kayak 4400N			17,784.78	La Solución En It, S.A. de C.V.		
Compaq	Evo N1015v	16,604.00	Sistemas Cibernético de Cómputo, S.A.	14,086.00	Compuprice	13,480.00	Informática Ruse
	Evo N1020v	20,114.00	Computadoras y Más	21,738.00		20,415.00	Jlr Computadoras
	Evo N610c	29,577.00	Servi Tec			26,060.00	Informática Ruse
Hewlett Packard	Pavilion Ze5207	25,899.00	Las Nuevas Fábricas	22,638.85	Ofix		
HP Compaq	Presario 2500 LA	24,299.00	Las Nuevas Fábricas y Sears Roebuck de México	20,999.00	Office Max	24,299.00	Liverpool
IBM	ThinkPad R32 (2658-LS4)	18,972.00	Sistemas Cibernético de Cómputo, S.A.	17,765.00	Integración Tecnológica de Sistemas, S.A. de C.V.	19,170.00	Informática Ruse
	ThinkPad T30 (2366-BS1)					21,350.00	Compufax, S.A. de C.V.
Sony	Vaio PCG-FR780	20,841.00	Servi Tec	21,695.00	Sam's Club	21,999.00	Liverpool
	Vaio PCG-GRX626	24,200.00	Alta Electrónica Digital de Morelia	21,278.45			
	Vaio PCG-GRZ230	24,499.00	Office Depot	24,499.00	Office Max	23,499.00	Fusión Digital
	Vaio PCG-GRZ270	31,499.00		30,999.00	Costco	29,899.00	
Toshiba	Satellite 1135	20,287.00	Sistemas Cibernético de Cómputo, S.A.			20,092.00	Informática Ruse
	Satellite Pro M10 / SP 405			40,345.00			
	Satellite Pro 6100	36,745.00	Soluciones óptimas para un mundo inovado	32,230.00	Grupo Tecnocomp		
Macintosh							
Apple Macintosh	iBook G3 12" M8861 LL/A	17,437.00	Soluciones óptimas para un mundo innovador				
	iBook G3 14" M8862 LL/A	20,349.00					
	Power Book G4 12" M8760 LL/A	26,163.00		23,690.00	Tienda Mac		
	Power Book G4 15" M8859 Z/A	39,846.00					
	Power Book G4 17" M8789 LL/A			42,523.55	Tienda Mac		

Morelia, México y Mérida

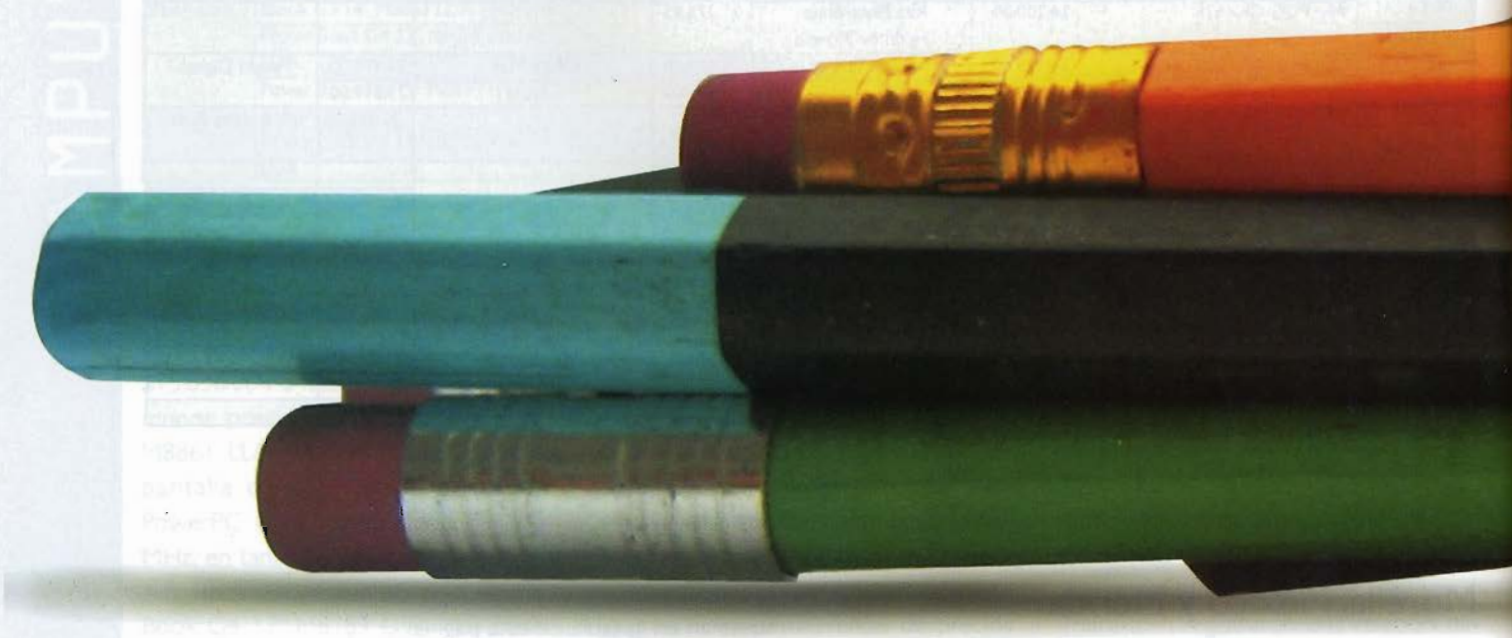
En este artículo se presentan los datos de las tres ciudades donde se registraron el mayor número de observaciones en los precios: Morelia (22), México (20) y Mérida (14). Como resultado del alto grado de especialización de este tipo de computadoras, su venta se realiza, principalmente, en tiendas especializadas de equipos de cómputo y en algunas tiendas departamentales. En las tres ciudades los precios más bajos se encontraron en el primer tipo de tiendas, los cuales se muestran en la tabla de esta página.

Por consideraciones de espacio, la información concernientes a las otras diecisiete ciudades se encuentra disponible en el Teléfono del Consumidor: 5568-8722 para el Distrito Federal y área metropolitana, o en el 01-800-5468-8722, para larga distancia sin costo desde cualquier otro lugar de la República Mexicana.

Para hacer la tarea...

Útiles escolares

No siempre es sencilla la tarea que tienen que hacer los padres la víspera del regreso a clases. Para facilitarle la elección de los útiles escolares de sus hijos, el Laboratorio Profeco le dice cuáles obtuvieron las mejores calificaciones.



El Laboratorio Profeco realizó un extenso estudio sobre los principales útiles escolares recomendados por la Secretaría de Educación Pública, entre ellos cuadernos, blocs, bolígrafos, lápices de color y de escritura, bicolores, juegos de geometría, compases, reglas, sacapuntas, tijeras, plastilinas, crayones, lápices adhesivos y pegamentos líquidos. Por razones de espacio, no incluimos gomas, sacapuntas con depósito, tijeras papeleras ni diccionarios. En la página de Profeco, www.profeco.gob.mx, puede consultar el estudio completo.

Dada la diversidad de materiales analizados, en la cabeza de cada tabla de resultados se indica el tipo de pruebas a que se sometió cada producto. La gran mayoría de los útiles escolares incluyen la información que están obligados a ofrecer al consumidor; al pie de cada tabla se señalan los pocos artículos que no cumplieron plenamente. Lo mismo ocurrió cuando algún producto presentó alguna falla particular. Todos los bolígrafos, lápices, plastilinas y crayones fueron sometidos a pruebas de toxicidad sin que se hayan encontrado problemas.

Como podrá observarse, muchos de los productos ofrecen una calidad análoga; en estos casos, el precio o el gusto personal podrán ser las guías de selección.

Fotografía Javier Caballero

Plastilinas

Se analizaron plastilinas en barras de 10 colores y tipo bloque. Las pruebas aplicadas fueron:

Acabados. Se revisó que no presentaran impurezas o transferencia de color.

Lavabilidad. Se determinó la facilidad para lavar una prenda impregnada con una mancha de plastilina roja.

Suavidad. Se obtuvo mediante la resistencia a la penetración con un cono normalizado.

E = Excelente MB = Muy bien B = Bien R = Regular P = Pobre

Tipo bloque

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Lavabilidad	Suavidad
Crayola / 380038 / México *	**MB**	E	E
Popular / 540402 / México		B	E
Modelina / 651118 / México		E	B
Pelikan / 211151 / México	**B**	B	B
Bombin / 119005 / México		B	E
Regis Mussa / 610132 / México		B	R

* Este producto presenta impurezas.

Tipo barra

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Lavabilidad	Suavidad
Arcoiris / 10 barras 540143 / México **Jovi** / 6 barras 099438 / España **Modelina** / 10 barras 650012 / México	**E**	E	E
Colorcitos / 10 barras 561506	**MB**	B	E
Combate / 10 barras 540105 **Bombin** / 10 barras 123484 / México		B	E
Pelikan / 10 barras 211120 / México		B	E
Mussa / 10 barras 610101 / México	**B**	B	B

Lápices adhesivos

Las pruebas aplicadas fueron las siguientes:

Acabados. Se revisó que el adhesivo no presentara grumos y que el aplicador no tuviera rebabas.

Eficiencia de pegado. Se registró la fuerza necesaria para despegar una unión en papel bond.

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Acabados	Eficiencia del pegado
Dixon / Lápiz adhesivo / Corea **Pritt** / Stick / México **Pelikan** / Pelifix / México **Resistol** / Lápiz adhesivo / México **Resistolito** / Lápiz adhesivo escolar / México	**E**	E	E
Bully / Lápiz adhesivo escolar / México **Staedtler** / Noris Club / Tailandia **Kores** / Glukids / México	**MB**	E	B
Kores / Barra adhesiva con glicerina / México *	**B**	E	B

* Presenta en contenido neto una menor cantidad a lo declarado.

Ficha técnica

Periodo de muestreo: del 31 de marzo al 7 de mayo de 2003.

Periodo de análisis: del 1 de abril al 30 de mayo de 2003.

Modelos analizados: 467 modelos de diferentes marcas.

Número de pruebas realizadas: 9,689.

Fotografía Juan José Morín

Pegamento blanco

Se analizaron las presentaciones de 30, 60 y 125 gramos. Las pruebas realizadas fueron:

Acabados. Se verificó que los pegamentos no presentaran grumos.

Eficiencia del pegado. Se determinó midiendo la fuerza necesaria para desprender dos partes unidas en papel bond y madera.

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Eficiencia del pegado en:	
		Papel	Madera
Resistol / 850 / México 30, 60 y 125 g **Resistolito** / Pegamento escolar / México 30, 60 y 125 g	**E**	E	E
Colorcitos / Pegamento sintético / México 30, 60 y 120 g	**MB**	E	B
Pritt / Lavable / Chile 35 g		B	E
Pritt / Lavable / Chile 55 y 110 g *		B	E
Bully / Pegamento escolar / México 30 y 57 g *	**B**	B	B

* La marca Pritt en sus modelos de 55 y 110 g tuvieron bajo el contenido neto. La marca Bully en su modelo de 57 g tuvo bajo el contenido neto.

Cuadernos

Se analizaron productos con pasta dura y flexible, plastificados o no, engargolados, cosidos y pegados. Las pruebas realizadas fueron:

Acabados. Se comprobó que no presentaran defectos de impresión o manchas en sus hojas.

Resistencia en hojas y pastas. Se midió la fuerza necesaria para desprender las hojas y pastas. Además, en las hojas se midió la resistencia al borrado, y en las pastas no plastificadas la resistencia a humedecerse por sudor.

Blancura. Se comparó la blancura en hojas contra un patrón.

Forma profesional plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Norma / Barbie / Engargolado / México **Norma** / Dogs / Engargolado / México **Norma** / Peluches / Engargolado / México	**E**	E	E	E
El Cid / Natural Colection / Espiral / México **El Cid** / Eco Planet / Engargolado / Colombia * **El Cid** / The Power Puff Girls / Engargolado / Colombia **Scribe**/ Scribe / Espiral / México **Scribe**/ Nickelodeon / Engargolado / México **Scribe**/ Kid's / Engargolado / México **Scribe**/ 2 Subject Notebook / Engargolado / México	**MB**	E	E	B
Norma / Garfield / Engargolado / México		B	E	E
Norma / Color / Cosido / Colombia **Norma** / Frutikas / Cosido / Colombia		E	B	E
Norma / Stars Natalia París / Engargolado / México **Norma** / Kiut / Engargolado / México **Norma** / Ferrari (150 hojas) / Engargolado / México		B	E	E
Norma / Jean Book / Engargolado / México		E	B	E
Norma / Ferrari / Engargolado / México		B	E	E
El Cid / NFL / Engargolado / Colombia		B	E	B
Scribe/ Hot Wheels / Engargolado / México **Scribe**/ Kid's / Cosido / México		E	B	B
Scribe/ Bob el constructor / Cosido / México **Scribe**/ Country / Engargolado / México		B	E	B
Norma / Académico / Engargolado / Colombia **Norma** / Peluches / Engargolado / México		R	E	E
Norma / Frutikas / Engargolado / México		B	B	E
Norma / Peluches / Cosido / Colombia **Norma** / Jean Book (120 hojas) / Engargolado / México		R	E	E
Rhein / Super Class / Engargolado / Chile		E	R	E
Scribe/ Swatch / Engargolado / México **Scribe**/ Sports / Engargolado / México	**B**	R	E	B
Scribe/ 5 Scribe Subjeet Notebook / Engargolado / México		E	R	B
Scribe/ Metaliod (1 materia) / Engargolado / México		B	N/A	B
Scribe/ Country (180 hojas) / Engargolado / México		B	B	B
Norma/ Looney Tunes / Engargolado / México **Norma** / Académico / Engargolado / Colombia **Norma** / Ferrari sin imagen / Engargolado / México		R	B	E
El Cid / Eco Planet / Engargolado / Colombia *		E	R	B
Scribe / Metaloid (5 materias) / Engargolado / México		R	N/A	B
Scribe / Metaloid (3 materias) / Engargolado / México		R	N/A	B

* Estos productos no presentan dimensiones.
N/A Esta prueba no aplica por ser de material plástico.

Normatividad

Las pruebas realizadas se basaron en la siguiente normatividad, así como en metodologías internas desarrolladas por el Laboratorio de Pruebas de Profeco:

NOM-040-SCFI-1994. Instrumentos de medición - instrumentos rígidos (reglas graduadas) para medir longitud.

NMX-N-80-1982. Equipos de geometría.

NMX-N-51-1981. Sacapuntas.

NMX-N-90-1983. Productos para oficinas y escuelas - cuadernos, blocs y libretas.

NMX-N-058-1986. Tintas y artículos para escritura - Plumas fuente, bolígrafos, plumones, marcadores y rodaplumas.

NMX-N-C53-1988. Artículos para escritura, bolígrafos y rodaplumas.

NOM-015/1-SCFI/SSA-1994. Toxicidad.

NMX-N-89-1983. Productos para oficinas y escuelas - Lápices de color.

NMX-N-86-1983. Productos para oficinas y escuelas - Lápices de grafito.

NMX-N-61C-1981. Artículos para escritura. Puntillas de grafito.

NMX-050-SCF1-1994. Información comercial - disposiciones generales para productos.

NOM-140-SCFI-1999. Artículos escolares. Tijeras especificaciones y métodos de prueba.

Cuadernos

E = Excelente MB = Muy bien B = Bien R = Regular P = Pobre

Forma francesa no plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Scribe / Scribe / Engrapado / México	**MB**	E	E	B
Scribe / Scribe Ecológico / Engargolado / México		E	E	N/A
Globo / Jean Collage / Engargolado / Venezuela		E	R	B

* El producto presenta manchas en hojas.

Forma italiana no plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Jaguar / Italiano / Cosido / México **Triunfo** / Italiano / Espiral / México	**E**	E	E	E
Jaguar / Italiano / Espiral / México **Triunfo** / Italiano / Engrapado / México	**MB**	E	E	E
Scribe/ Scribe / Engrapado / México		E	E	B
Globo / Jean College World Wide / Engrapado / Venezuela		B	E	B
Jaguar / Italiano / Engrapado / México		E	B	E
Globo / Max Steel / Engrapado / Venezuela		E	B	B
Manufacturas 8-A / Roca / Engrapado / México **Manufacturas 8-A** / Colibrí / Espiral / México	**B**	R	E	B
Globo / Jean College / Engargolado / Venezuela		B	R	B
Polito / Italiano / Engrapado / México		R	R	E

Forma profesional no plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Jaguar / Clasico con marco / Espiral / México	**E**	E	E	E
One / Portada lisa / Espiral / México	**MB**	E	E	E
Lycsa / Póster con marco / Espiral / México		E	E	E
Triunfo / Póster con marco / Espiral / México		B	E	E
Scribe / Ecológico / Engargolado / México		E	E	N/A
Scribe / Escolar Mega / Espiral / México		E	E	B
El Cid / Eco Planet / Espiral / México*		E	E	B
Scribe / Escolar / Espiral México		B	E	B
Impamex / WOW / Espiral / México	**B**	B	E	B
Polito / Polito póster con marco / Espiral / México		B	E	E
Lycsa / 60 Innovation / Engargolado / México		B	B	E
Globo / Jean College / Engargolado / Venezuela		R	E	B
Manufacturas 8-A / Roca Rokita / Espiral / México		B	R	B
Globo / Jean College / Engargolado / Venezuela		R	R	B

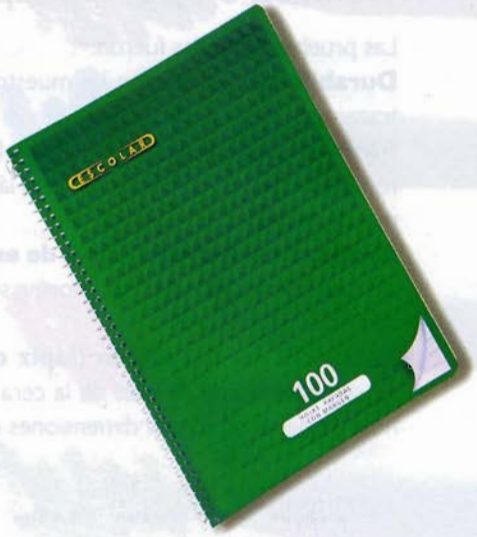
* Estos productos no indican dimensiones.
** Este producto presenta escurrimiento de tinta en sus acabados.
N/A No aplica la prueba de blancura por ser papel reciclado.

Fotografías Juan José Morín

Cuadernos

Forma francesa plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Norma / Garfield / Engargolado / México **Norma** / Looney Tunes / Engargolado / México **Norma** / Kiut / Engargolado / Colombia	**E**	E	E	E
Scribe/ Kid's / Cosido / México **Scribe**/ Scribe / Espiral / México **Scribe**/ Kid's / Engargolado / México	**MB**	E	E	B
Norma / Jean Book / Engargolado / México		E	B	E
Norma / Dogs / Engargolado / Colombia		B	E	E
El Cid / The Powerpuff Girls / Cosido / Colombia		E	B	B
Cosmopolita / Pasta Dura / Cosido / México		R	E	E
Norma / Color / Cosido / Colombia **Norma** / Jean Book / Engargolado / México		E	R	E
Scribe / Scribe Subject Notebook / Engargolado / México	**B**	E	R	B
Scribe / Scribe / Cosido / México		R	E	B



Forma italiana plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Norma / Color / Cosido / Colombia	**E**	E	E	E
El Cid / Rengloncitos / Cosido / Colombia **Scribe** / Scribe / Espiral / México	**MB**	E	E	B
Norma / Peluches / Cosido / Colombia **Norma** / Jean Book / Cosido / México		E	B	E
Norma / Frutikas / Cosido / Colombia		B	E	E
Scribe / Country / Cosido / México	**B**	E	R	B
Scribe / Scribe / Cosido / México		R	E	B

NOTA: Ningún cuaderno analizado presentó defectos en sus acabados.

Tipo colegial plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Norma / Dogs / Cosido / Colombia	**MB**	B	E	E
Go / Marble Notebook / Cosido / México		E	R	E
Norma / Jean Book / Cosido / México		R	E	E
Norma / Color / Cosido / Colombia	**B**	R	R	E

Tipo bloc carta plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Scribe / Scribe / Espiral / México	**MB**	E	E	B

Tipo bloc carta no plastificados

Marca / Modelo / Construcción / País de origen	Evaluación Global	Resistencia en		Blancura de hojas
		Hojas	Pastas	
Monterrey / Block Carta / Pegado / México	**MB**	B	E	E

Colores, bicolores y lápices

Las pruebas aplicadas fueron:

Durabilidad. Se pesaron las muestras antes y después de trazar una línea de 100 metros.

Resistencia de puntillas. Se midió la fuerza necesaria para romper las puntillas, manteniendo el lápiz en su posición normal de escritura.

Facilidad del borrado (lápiz de escritura). Se aplicó un ciclo de borrado con fuerza uniforme sobre un papel de prueba rayado.

Eficiencia del iluminado (lápiz de color). Se verificó visualmente la uniformidad de la cera depositada sobre una hoja de papel bond con dimensiones estandarizadas.

E = Excelente MB = Muy bien B = Bien R = Regular P = Pobre

Bicolores

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Durabilidad	Resistencia de puntillas
Berol / Verithin / México **Pincelin** / Triangular / México	**MB**	E	B
Dixon / 420308 / México **Pax** / 000568 / Chile		B	E
Lapimex / Check 3000 / México	**B**	B	R
Lapimex / Check 5000 / México **Faber Castell** / 306016 / Brasil		R	B

Lápices de escritura

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Resistencia de puntillas	Durabilidad	Facilidad del borrado
Faber Castell / 933B/100 / Brasil	**MB**	B	E	E
Faber Castell / 1210/B102 / Brasil **Faber Castell** / 1205TB100 / Brasil **Faber Castell** / 99GB/50 / Brasil **Lapimex** / Master / México **Lapimex** / Mercurio / México		E	B	
Wearever / Pincelín / E.U.		E	E	B
Staedtler / 132 / Alemania **Dixon** / Ticonderoga / E.U.		B	E	E
Bic / Mickey for kids / E.U. **Bic** / Winnie the Pooh / E.U. **Bic** / Conté Evolutión / Francia		E	R	
Faber Castell / 932B/100 / Brasil **Lapimex** / Rembrandt / México		B	B	
Dixon / Métrico / E.U.		R	E	
Berol / Mirado Hexagonal / México	**B**	R	B	
Faber Castell / 12055B100 / Brasil *		B	B	

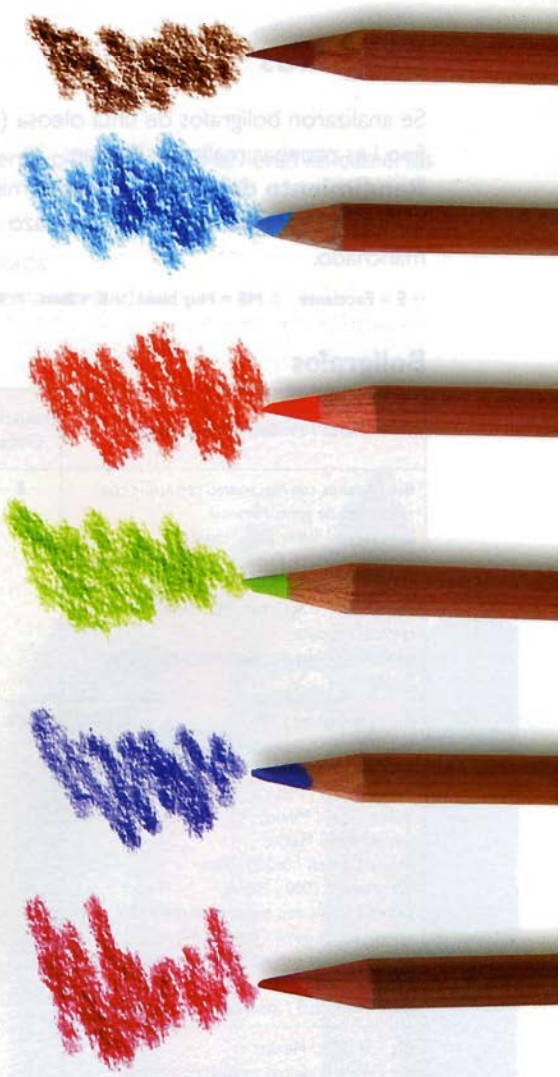
* Este productó presentó curvatura en sus acabados.

Fotografías Javier Caballero

Lápices de color

Marca / Modelo / Presentación / País de origen	Evaluación Global	Durabilidad	Resistencia de puntillas	Eficiencia de borrado
Dixon / Vividel / 24 piezas / México **Dixon** / Vinci Fun Pro / 48 piezas / México **Crayola** / 04036 / 36 piezas / Brasil	**MB**	E	B	MB
Faber Castell / Colores vivos HT / 120124 / 24 piezas / Brasil		B	E	MB
Norma / 261143 Punta gruesa / 36 piezas / Indonesia **Norma** /261136 Punta gruesa / 24 piezas / Indonesia **Norma** / 261129 Punta gruesa / 12 piezas / Indonesia **Norma** / Súper colores / 12 colores / Indonesia **Norma** / Doble punta / 12 colores / Indonesia		R	E	E
Berol / Fantasy / 12 piezas / México	**B**	B	E	B
Crayola / 04212 / 12 piezas / Brasil **Crayola** / 04024 / 24 piezas / Brasil		B	B	MB
Faber Castell / Triangular HT/120524 / 24 piezas / Brasil		R	E	MB
Faber Castell / Lápiz Aquarelavel HT/120224 / 24 piezas / Brasil **Pax** / Cromocolor / 24 piezas / Chile **Pax** / Hexacolor / 24 piezas / Chile **Pax** / Hexacolor / 12 piezas / Chile		B	B	MB
Bic / Conté évolution sin madera / 24 piezas / Francia		E	R	B
Berol / Prismacolor Scholar / 24 piezas / México		R	B	MB
Berol / Jungla / 12 piezas / México **Berol** / Lápiz bicolor Triangular Fantasy / 12 piezas bicolor / México		B	B	B
Crayola / Borrables 04410 / 10 piezas / Brasil * **Crayola** / Borrables 04420 / 20 piezas / Brasil *		E	B	R
Lapimex / Crazy Color / 24 piezas / México **Staedtler** / Noris Club / 24 piezas / Tailandia		B	B	B
Dixon / Mapita / 24 piezas / México	**R**	B	R	B
Lapimex / Blanca Nieves / 24 piezas / México		B	R	R

* Lápices de color con goma incluida en el lápiz.



Compases

Se analizaron compases tipo escolar y semiprofesional. Las pruebas realizadas fueron:
Acabados. Se verificó que no presentaran rebabas o mala aplicación de su recubrimiento.
Eficiencia del trazo. Se comprobó que al trazar un círculo coincidiera el inicio con el final.
Funcionamiento. Se evaluó, sometiendo el compás a 300 ciclos de abertura y cierre, que el trazo fuera correcto.

Escolares

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Eficiencia de trazo	Funcionamiento
Filo / 1709 / México **Fiskars** / Lock-it / China **Petigon** / Exacto / México **Filo** / 1709 / México **Vinci** / No presenta / México	**E**	E	E
Filo / 1709 / México * **Silco** / Cycler / México *	**MB**	E	E

* Presentan manchas o rebabas en sus acabados.

Semiprofesionales

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Eficiencia de trazo	Funcionamiento
Barrilito / 105-B / México **Barrilito** / 315-E / México **Mendoza** / 2033-B / México **Mendoza** / 2030-B / México **Staedtler** / 55801 / Alemania **Staedtler** / 55600 / Alemania	**E**	E	E
Maped / Technic / China *	**MB**	E	E
Isemarf / No presena / México	**R**	E	R

* Presentan defectos en el recubrimiento y/o rebabas en sus acabados.

Bolígrafos

Se analizaron bolígrafos de tinta oleosa (normal) color negro y punto mediano, y bolígrafos de tinta tipo gel, punto mediano y fino. Las pruebas realizadas fueron:

Rendimiento de la tinta. Se determinó el consumo de tinta al trazar 150 metros lineales.

Calidad de la escritura. En un trazo de 300 metros se evaluó la calidad del trazo, su homogeneidad, nitidez y ausencia de manchado.

E = Excelente MB = Muy bien B = Bien R = Regular P = Pobre

Bolígrafos

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Rendimiento de tinta	Calidad de la escritura
Bic / Atlantis con mecanismo retráctil y con agarradera de goma / Francia **Inoxcrom** / Sierra IB-B / España **Inoxcrom** / Slick Pen con agarradera de goma / España **Inoxcrom** / Day Dream con mecanismo retráctil / España **Inoxcrom** / Nature con mecanismo retráctil / España	**E**	E	E
Bic / Joyas ondas / México **Bic** / Velocity Classic con mecanismo retráctil y agarradera de goma / Corea **Bolex** / ECO / México **Bolex** / Plus / México **Berol** / Pop / México **Faber Castell** / 062-M / Perú **Wearever** / 2000 / México **Zebra** / Jimnie con mecanismo retráctil y agarradera de goma / Indonesia **Zebra** / Jimnie con agarradera de goma / Indonesia **Zebra** / N-5200 / Indonesia	**MB**	B	E
Bic / 511023 / México **Bic** / Wide Body con mecanismo retráctil / México **Pelikan** / Quest con mecanismo retráctil / China **Zebra** / Pen con mecanismo retráctil y agarradera de goma / Japón		B	B
Pentel / Razzle dazzle con agarradera de goma / E.U. **Staedtler** / Stick 430 / Gran Bretaña **Wearever** / Platino / México **Wearever** / Tec / México		R	E
Bic / M-250-C / México **Bic** / Clic stic con mecanismo retráctil / México **Bic** / Clic stic ice con mecanismo retráctil / México **Faber Castell** / 428237 / Brasil		B	B
Pelikan / Pointec / Italia **Art Belle** / Stationery Bolígrafo con goma y tinta borrable / China	**B**	R	B

Bolígrafos de tinta gel punto mediano

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Rendimiento de tinta	Calidad de la escritura
Faber Castell / Power Gel 1410 con agarradera de goma / México **Inoxcrom** / Slick Gel con agarradera de goma / España **Scent** / Supra Unique con agarradera de goma / Corea	**E**	E	E
Bic / Velocity Roller con mecanismo retráctil y agarradera de goma / E.U. **Bic** / Intensity Classic con agarradera de goma / Corea **Pelikan** / Jell King / Corea **Staedtler** / Gel roller / Corea **Zebra** / J-Roller / Japón **Zebra** / Sarasa con mecanismo retráctil y agarradera de goma / Japón	**MB**	B	E
Fuji / Gell Roll / China		R	E
Printech / Little Zone Diamantada / Corea		B	B
Zebra / Jimnie / Japón		R	E
Art Belle / Si-Jell Diaman / Corea	**B**	B	B
Jell Pen / Pluma Kity / China		B	R
Printech / Pero Pero Diamantada / Corea		B	R
Fuji / Gell Roll Metálica / China	**R**	R	R
Art Belle / Supia Glitter con agarradera / Corea *		R	R
Jung Kwang Line / Minigel / No indica		B	R

* Presenta incompleta su información al consumidor.

Bolígrafos de tinta gel punto fino

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Rendimiento de la tinta	Calidad de la escritura
Bic / Flirt / China **Pentel** / Hybrid con agarradera de goma / Japón	**E**	E	E
Printech / Little Zone / Corea	**MB**	B	E
Printech / Si-Jell / Corea **Printech** / Water Station / Corea	**B**	R	E
Printech / Pero Pero / Corea	**R**	P *	R

* De seis bolígrafos probados solamente uno de ellos escribió los 100 m de escritura requeridos para realizar la evaluación de la prueba.

Fotografías Juan José Morín

Crayones

Se analizaron crayones delgados y gruesos. Las pruebas aplicadas fueron:

Acabados. Se observó que los crayones no presentaran burbujas, fracturas en el cuerpo o la punta y no tuvieran las cubiertas desprendidas.

Resistencia a la ruptura. Se determinó la fuerza necesaria para romperlos.

Eficiencia del iluminado. Se verificó visualmente la uniformidad de la cera depositada.

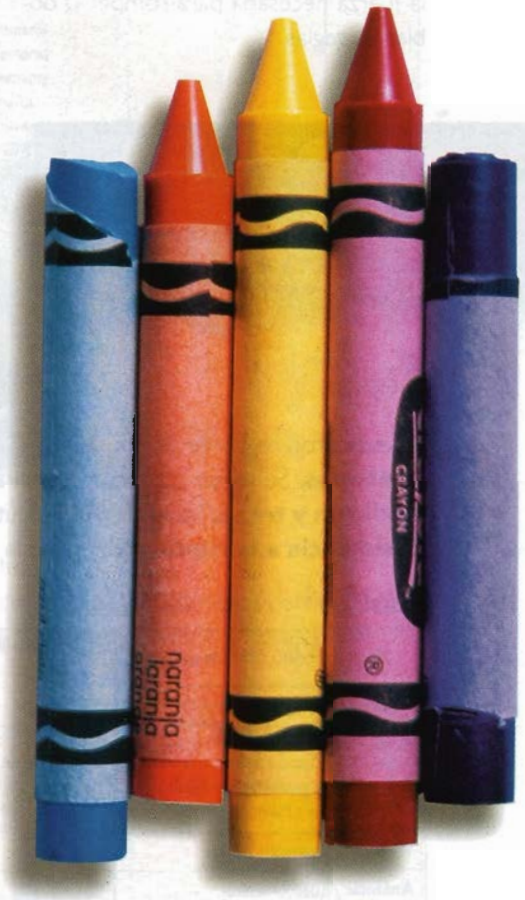
Durabilidad. Se revisó la cantidad de cera depositada en una hoja de dimensiones estandarizadas.

Delgados

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Acabados	Resistencia a la ruptura	Eficiencia del iluminado	Durabilidad
Crayola / 52-3012, 52-3024 /México	**E**	E	E	E	E
Faber Castell / HT 140012 / Brasil	**MB**	E	B	E	E
Berol / Carmen / México **Berol** / Carmen / Triangular / México **Berol** / Pincelín / México		B	E	E	B
Colorcitos / 541669 / México	**B**	B	E	B	E
Mussa / 601246 / México		E	B	B	B
Vividel / 457618 / E.U.	**R**	B	R	B	B
Pelikan / Pelicrayones / México		B	B	B	R
Bombin / 60016 , 60023 / México		B	R	R	R
Vinci / Mini crayon 630021 / E.U.		B	R	E	R

Gruesos

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Acabados	Resistencia a la ruptura	Eficiencia del iluminado	Durabilidad
Crayola / Jumbo 52-3012, 52-3024 / México	**E**	E	E	E	E
Berol / Pincelín / México **Faber Castell** / Ht 140112 / Brasil	**MB**	B	E	E	E
Berol / Pincelín / México **Vinci** / Maxi crayón 631035 / E.U.		B	E	E	B
Berol / Pincelín / Triangular / México	**B**	B	B	E	B
Colorcitos / 561018 / México		B	E	B	E
Jovi / 000420 / España		E	R	E	B
Mussa / 603257 / México		R	E	B	B
Pelikan / Pelicrayones Jumbo / México	**R**	B	B	B	R
Bombin / 60047 / México		R	R	R	R



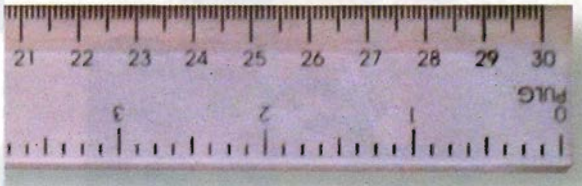
Juegos de geometría

Se analizaron juegos de geometría compuestos por regla, transportador, escuadras y compás. Las pruebas realizadas fueron:

Acabados. Se observó que no presentaran rebabas o ralladuras.

Medición y trazo. Se verificó la linealidad y la exactitud de las reglas y escuadras.

Resistencia a la ruptura. Se midió la fuerza necesaria para romper o doblar las reglas.



E = Excelente · MB = Muy bien · B = Bien · R = Regular · P = Pobre

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Medición y trazo	Resistencia a la ruptura	Funcionamiento y trazo
Filo / Blacky / México **Barbie** / 1411 / México **Disney** / 1500 / México **Disney** / Winnie The Pooh / México	**E**	E	E	E
Ortovisión / 4900 / México **Filo** / 1001 / México **Filo** / 1009 / México **Filo** / 1201 / México **Filo** / Nedy / México **Ortovisión** / 4900 / México	**MB**	E	E	B
Petigon / PG-01-01 / México * Sin compás **Petigon** / PG-01-02 / México * **Mendoza** / 2042 / México * **Arly** / 4022 / México * **Arly** / Escolar / México *		E	E	E
Ortovisión / 4100 / México * **Anáhuac** / 1070 / México * **Keeper line** / Grande con compás / México * **Silco** / Teens / México * **Keeper line** / Kids / México * **Vinci** / 8972 / México *		E	E	B
Anáhuac / 4106 / México * Sin compás **Anáhuac** / 4906 / México * Sin compás **Filo** / 1006 / México * Sin compás		E	E	B

* Presenta rayaduras y/o rebabas.

Reglas

Se analizaron reglas de 30 cm de metal, plástico y madera. Las pruebas realizadas fueron:

Acabados. Se revisó que no presentaran ralladuras, rebabas ni deformaciones.

Medición y trazo. Se verificó la exactitud de la escala y su linealidad.

Resistencia a la ruptura. Se midió la fuerza necesaria para romper o doblar las reglas.

Plástico

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Rendimiento y trazo	Resistecia a la ruptura
Fiskars / 95500 / E.U.	**E**	E	E
Fiskars / 8708 / China		E	*
Arly / Figuras geométricas / México **Arly** / Colores / México		E	B
Vinci / No presenta / México	**MB**	E	R
Anáhuac / 1030 / México		E	R
Tek Graph / 5430 / México ** **Tek Graph** / 5431 / México ** **Arly** / Lupa / México **		E	E
Petigon / No presenta / México **	**B**	E	B
Silco / 26004 / México **		E	R

* Esta prueba no aplica por ser un producto flexible.

** Estos productos presentaron defectos de impresión, ralladuras y/o rebabas.

Metálicas

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Rendimiento y trazo	Resistecia a la ruptura
Acme Lamusa / 1023 / México **Arly** / Escolar / México **Arly** / 3001 / México	**E**	E	E
Petigon / PR-01-01 / México	**MB**	E	B

Madera

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Rendimiento y trazo	Resistecia a la ruptura
Adelante / 133 / México	**E**	E	E
Arly / No presenta / México ***	**MB**	E	E

*** La información al consumidor no incluye la razón social.

Fotografías Juan José Morín

Sacapuntas

Se verificaron productos de plástico y metálicos. Las pruebas fueron las siguientes:
Acabados. Se revisó que no presentaran rebabas, fracturas o abolladuras.
Afilado. Se verificó el correcto funcionamiento del sacapuntas afilando tres lápices en forma continua.
Resistencia a la caída. Se sometieron las muestras a 10 caídas para verificar el posible daño ocurrido por caída accidental.

De plástico

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Afilado	Resistencia a la caída
Filo / 1604 / México **Filo** / 1605 / México **Filo** / 1606 / México **Filo** / 1602 / México **Faber-Castell** / Neon / Brasil **Staedtler** / 51105 BK2 / Alemania	**E**	E	E
Faber-Castell / Ice colors / Brasil	**MB**	E	B
Chateau / 1107 / México * **Chateau** / 1117 / México * **Chateau** / 1146 / México * **Chateau** / 1147 / México * **Filo** / 1601 / México * **Filo** / 1603 / México * **Filo** / 1622 / México * **Filo** / 1621 / México *		E	E
Chateau / 1110 / México * **Chateau** / 1148 / México *		E	B
Chateau / 1106 / México *	**B**	E	R

* Estos productos presentan rebabas en el cuerpo plástico.

Metálicos

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Afilado	Resistencia a la caída
Chateau / 1000 / México **Filo** / 1611 / México **Filo** / 1612 / México **Filo** / Con cuchilla de repuesto / México **Filo** / Sencillo / México **Faber-Castell** / 183100 / Alemania **Faber-Castell** / 185610 / Alemania **Staedtler** / 51027 BK 4 / Alemania **Staedtler** / 51065 BK / Alemania **Staedtler** / 51220 BK / Alemania	**E**	E	E

Tijeras de punta roma (redondeada)

Las pruebas fueron:
Acabados. Se verificó que no presentaran rebabas u óxido en cualquiera de sus partes.
Seguridad. Con una plantilla se verificaron los radios de curvatura de las puntas, así como el ángulo de corte del filo.
Eficiencia del corte. Se revisó que el corte realizado en cartulina y papel lustre fuera uniforme en toda su longitud.

Escolar

Marca / Modelo / País de origen	Evaluación Global	Seguridad	Eficiencia de corte
Barrilito / 8346-4.5 / México **Barrilito** / BA100-5 / México **Barrilito** / 146-5 / México **Barrilito** / 146-SN1 / China **Fiskars** / 9422 / E.U. **Escolar Pelikan** / Pelikan / China **School Works** / 88015 / China	**E**	E	E
Petigon / Inoxidable 5" / México **Crayola** / 69-3009 / Taiwán * **Fiskars** / 9416 / E.U. **Petigon** / S/N / No presenta *	**MB**	E	E
Petigon / S/N / No presenta *	**B**	E	B
Mendoza / TM-E50 / China		R	E
Mendoza / TM-E53 / China		R	E
KW / 0134 / China * **KW** / 0135 / China *	**R**	R	E
Mendoza / TM-E52 / China **Mendoza** / TM-E51 / China	**P**	P	E

* Presenta incompleta la información al consumidor.

Estar a la moda en la escuela

Por Armando Aguilar

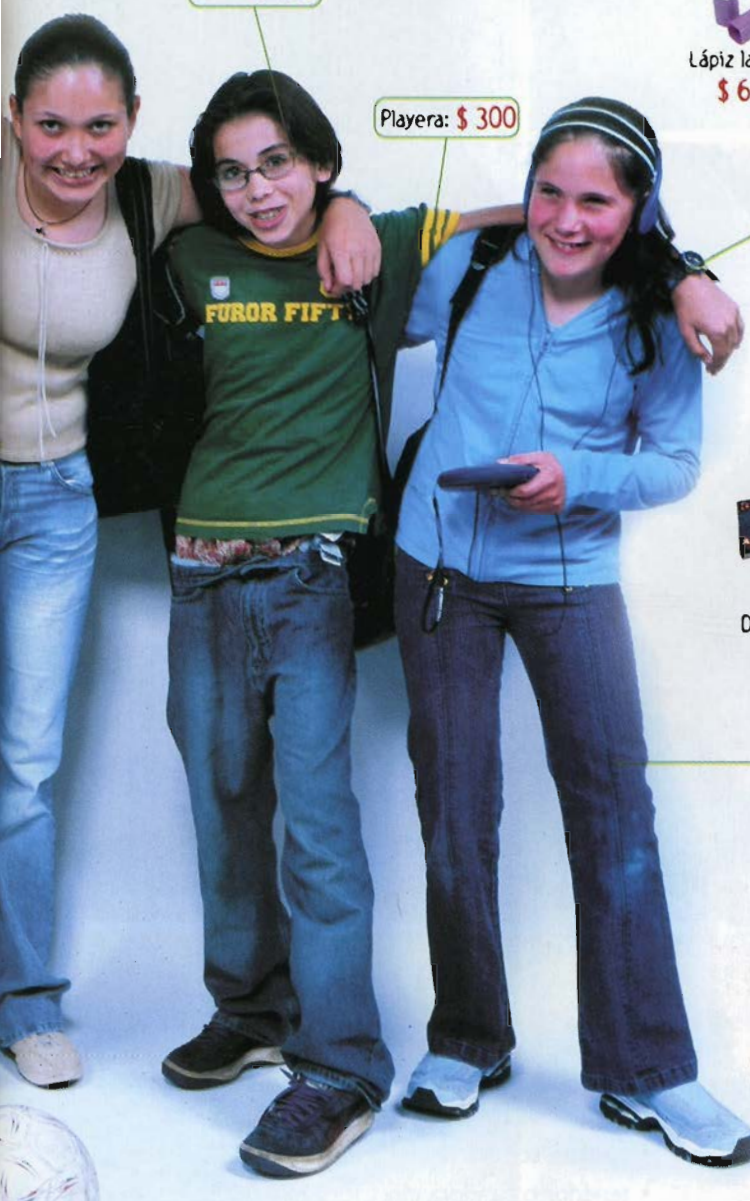
Hay pocos momentos en la vida en que es tan trascendente ser el mejor (y no precisamente en los estudios) como en la secundaria. ¿Alguna vez se ha preguntado cuánto costaría comprarle a sus hijos todo lo que desean para ser los más *cool* de la clase?

¿Querer o complacer?

Para los adolescentes, estar a la moda en la escuela es una forma de identificarse con sus amigos. En esa etapa de la vida no valen las limitaciones económicas: lo realmente importante es tener lo que los amigos o compañeros poseen. Al respecto, el doctor Juan Manuel Sauceda, jefe del servicio de terapia familiar del Hospital Psiquiátrico Infantil "Juan N. Navarro", y presidente del Consejo Mexicano de Psiquiatría, A.C., brinda algunos consejos a los padres que enfrentan esta situación con sus hijos:

- No gaste más de lo que puede, ni sacrifique cosas necesarias por gastos superfluos.
- Condicione la compra por acciones, trabajos o méritos.
- No confunda el cariño con complacer todas sus exigencias.
- No se deje manipular ni por el adolescente ni por la publicidad.
- Enseñe a sus hijos a conocer el valor del dinero.

Al negar o condicionar la compra de algún artículo, menciona el doctor Sauceda, seguramente los jóvenes se molestarán, harán berrinche, se sentirán maltratados o calificarán a los padres de tacaños. En este caso, la función de los padres es enseñarles a tolerar las frustraciones y explicarles que no se puede tener todo, mucho menos sin esfuerzo. La solución no solamente es decir "no", sino también explicarles por qué se les está negando algo.



Cartera para niña: $ 200

Mochila: $ 500

Cómics: $ 25 c/u

Brillo para la cara: $ 30

Gorra: $ 180

Cinturón: $ 100

Celular y tres carátulas intercambiables: $ 2,000

Lentes de pasta: $ 700

Lápiz labial: $ 60

Gel: $ 40

Banda para el pelo: $ 30

Playera: $ 300

Reloj: $ 500

Lentes oscuros: $ 70

Porta CDs: $ 80

Discos compactos de moda: $ 200 c/u

Plumas de gel en colores neón: $ 130 c/u

Cartera para niño: $ 120

Jeans: $ 450

Perfume: $ 600

Balón de futbol: $ 300

Zapatos: $ 600

Dinero necesario para el lunch de la semana: $ 150

La suma total de tan "indispensables" artículos (considerando que algunos de ellos son unisex) es, para las niñas, de $ 11,630 y, para los niños, de $ 10,925. Ahora, usted seguramente pensará: "¡Qué ridículo!, ¿quién estaría dispuesto a gastar todo ese dinero?". No dude que, de tener los medios para hacerlo, cualquier jovencito compraría todo lo anterior en "fa" (como ellos dicen).

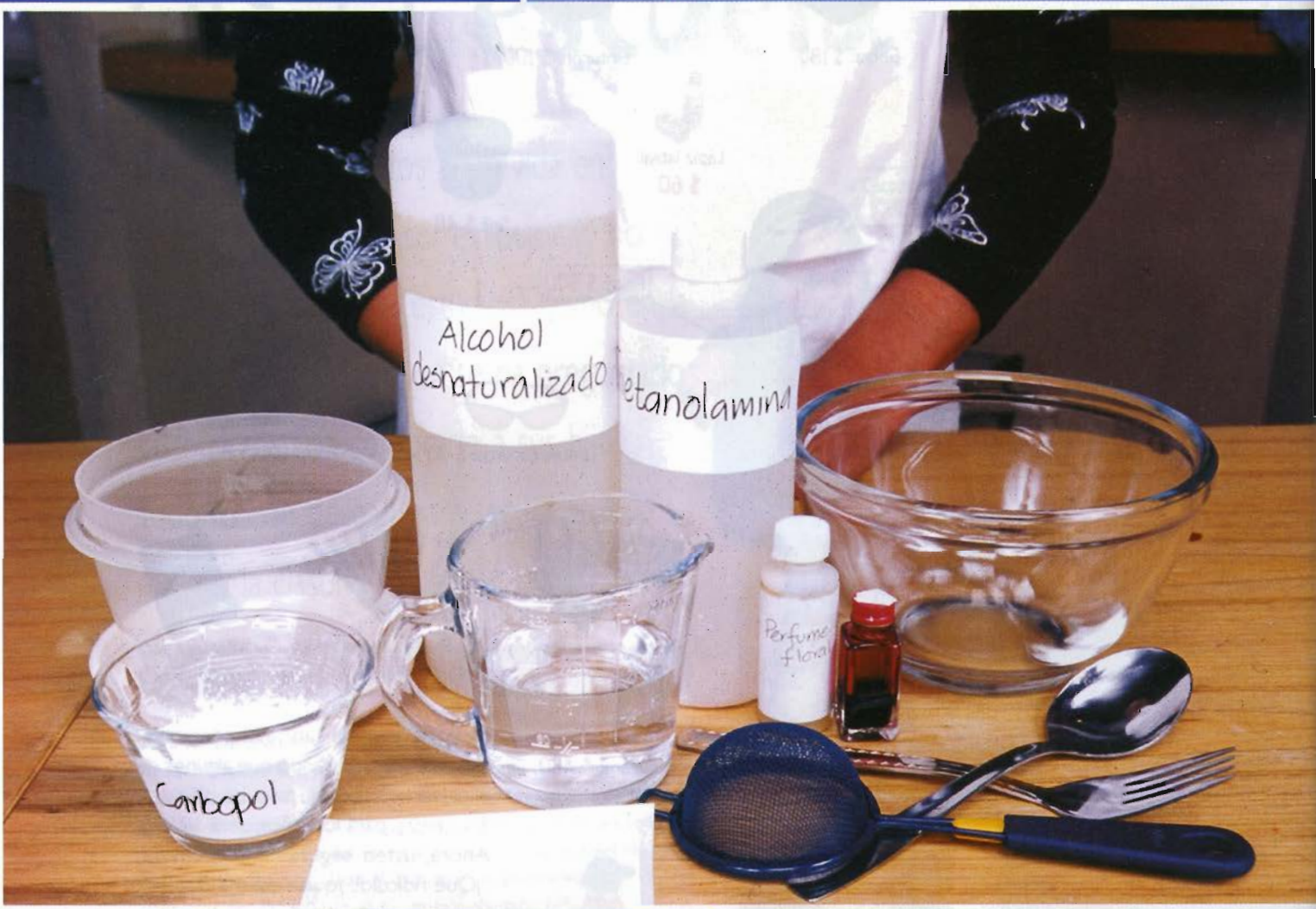
Los precios aquí publicados son sólo una referencia para el consumidor. Los artículos mencionados en el texto no pretenden ser un parámetro de consumo de ningún segmento de la población de nuestro país; se presentan sólo como un ejercicio hipotético de consumo desmedido.

Fotografías Juan José Morín

Gel fijador

Rendimiento: 350 g

Tiempo de preparación: 30 minutos



Ingredientes

- 1/3 de taza de trietanolamina (80 ml)*
- 2 cucharadas soperas de carbopol (15 g)*
- 5 cucharadas soperas de alcohol desnaturalizado (50 ml)*
- 1 taza de agua fría, previamente hervida o clorada
- 12 gotas de su esencia preferida (opcional)*
- 1/4 de cucharada cafetera de colorante vegetal, según la esencia (opcional)*

*Se consiguen en farmacias grandes o droguerías.

Utensilios

- recipiente de cristal con capacidad de 500 ml
- colador de malla fina
- cuchara sopera
- tenedor o batidora eléctrica
- envase de plástico con capacidad aproximada de 400 ml con tapa
- etiqueta adherible

para el cabello

Dato interesante

Un gel es un sólido elástico que envuelve y atrapa el agua en una red tridimensional, la cual se forma por las mismas partículas en suspensión.

Beneficio

Al elaborar el gel usted asegura la higiene y la calidad del producto, además de que podrá obtener un ahorro hasta del 60% en relación con el producto comercial, y elegir el color y la fragancia de su preferencia.

Recomendaciones

Durante la elaboración de este producto, use guantes y cubreboca.

•

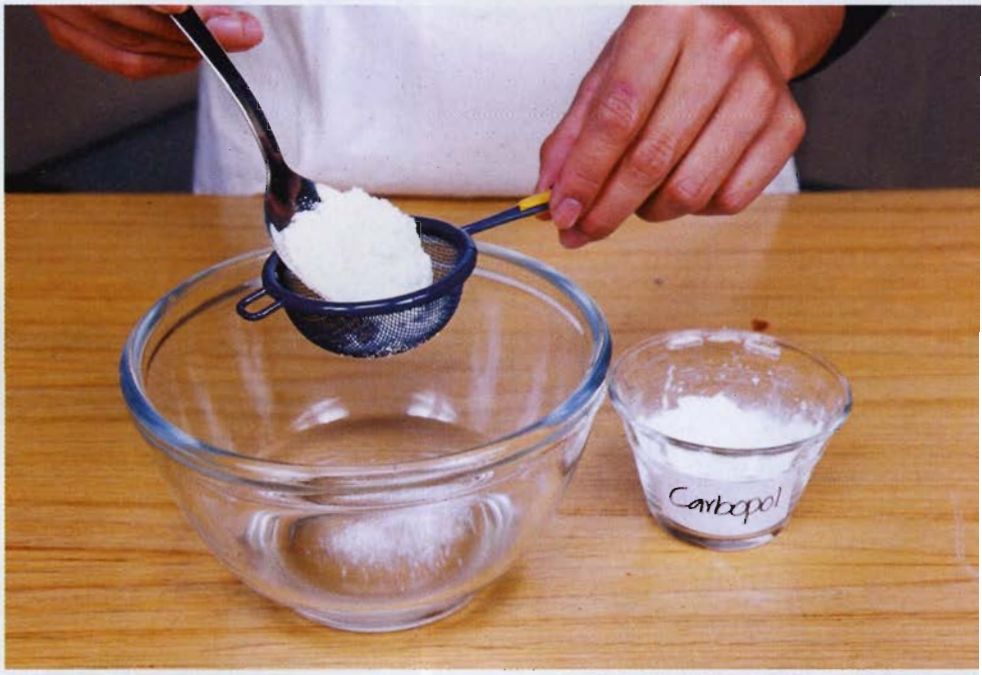
Conserve los ingredientes sobrantes en sus envases originales y tápelos perfectamente. No olvide colocarles una etiqueta con el nombre del producto. Manténgalos en un lugar fresco y seco, fuera del alcance de los niños.

•

Es importante lavar perfectamente los utensilios con jabón y agua caliente, antes y después de usarlos.

Procedimiento

1. Vierta el agua en el recipiente de 500 ml, añada el carbopol, previamente colado, moviendo constantemente con la cuchara hasta que se disuelva.



Procedimiento

2 Enseguida incorpore la trietanolamina y bata con el tenedor o con la batidora a velocidad baja hasta obtener una mezcla homogénea.

3 Sin dejar de batir, añada el alcohol y, poco a poco, el colorante y la esencia, hasta obtener el tono y aroma deseados.

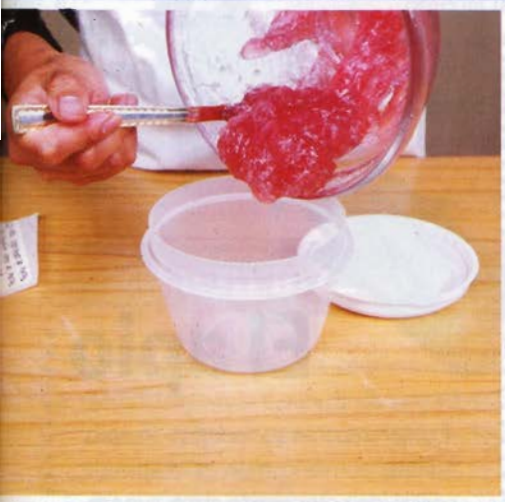
Gelatina y gel

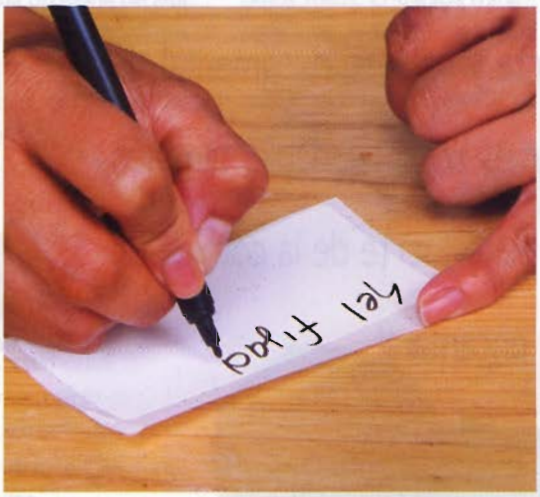
Según el Breve Diccionario Etimológico de la Lengua Española, el término *gelatina* (sustancia transparente que se obtiene hirviendo tejido conjuntivo, piel y huesos de animales...) se deriva del italiano *gelatina* (caldo espeso), a su vez diminutivo de *gelata* (helada), del latín *gelare,* del indoeuropeo *gel-a-* (helar), de *gel* (frío). A la misma familia pertenecen *congelar, helar, hielo, jalea y jaletina.*

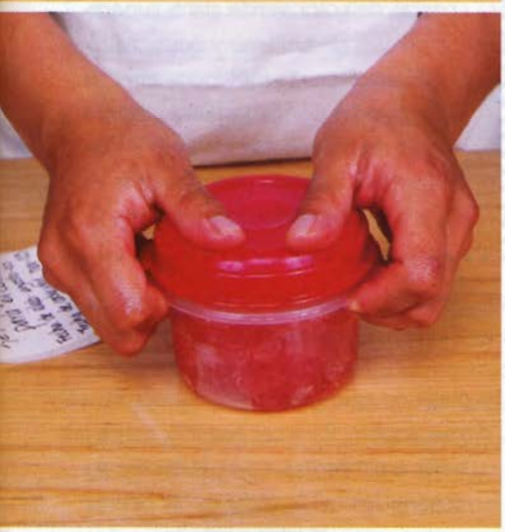
Fotografía Juan José Morín
Fuente Unidad de Orientación Alimentaria. Dirección General de Organización de Consumidores. Profeco

Envasado

Con la cuchara vierta el gel en el envase, tápelo perfectamente y coloque una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad.







Conservación y caducidad

Guarde el gel en un **lugar fresco** y **oscuro**, de esta manera se conservará en **buen estado** hasta **3 meses**.

Modo de uso

Aplique el gel sobre el cabello seco, o ligeramente humedecido.

Fotografía de archivo.

Tips

Si a lo largo del día su peinado ha empezado a perder forma, humedézcase los dedos y páselos por el cabello para reactivar el gel.

El pelo recién lavado es más difícil de peinar porque las grasas naturales del cabello lo hacen más manejable y ayudan a mantener el peinado.

Historias de pelos

Durante el reinado de Luis XV, las damas se peinaban los cabellos elaborando estructuras tan exageradas que los peinados alcanzaban hasta un metro de altura, de modo que no les quedaba más que dormir sentadas, pues procuraban mantener el peinado durante varios meses.

Peinados sencillos y prácticos

Curiosamente, ahora que la lista de productos para el cuidado del cabello parece interminable, la moda actual dicta que, en función del agitado ritmo de vida que llevamos, peinarse no debe exigir demasiado tiempo. ¿Habrá alguien que tenga tiempo de poner en práctica uno de los consejos de las abuelas para lucir una hermosa cabellera, como cepillarla diariamente cuando menos 20 minutos con un cepillo de cerdas naturales?

Refrigerio de pollo

Debido a que el aporte y balance nutrimental de este refrigerio escolar es muy saludable, también puede servirlo como plato fuerte de la comida de sus niños. ¡A ellos les encantará!

El apio

Existen muchas variedades de apio, aunque el más común es el apio de pascal, de color verde claro, superficie brillante y quebradizo. El apio aporta muy poca energía (19 calorías por cada 100 g), por lo que es recomendable incluirlo en las dietas para bajar de peso; además es rico en potasio y vitamina C.

Cómo comprar el apio

La pieza de apio debe estar lo más fresca y firme posible. Para consumirlo, retire las hojas amarillentas, corte la base para separar los tallos, quíteles las hebras exteriores y lávelos perfectamente.

Niños en edad escolar

Es común que los niños en edad escolar (de los 6 a los 11 o 12 años) no se acaben las porciones que usted les sirve. No se preocupe; deje que ellos solos regulen su ingesta. A medida que crezcan y tengan más actividad, aumentará su apetito. De no ser así, consulte al pediatra.

Alimentación de 5 estrellas

Para que su hijo consuma una alimentación completa, incluya los cinco tipos de alimentos: **verduras, frutas, cereales** (pan u otros productos elaborados con trigo, tortillas de maíz o sus derivados, arroz, avena), **leguminosas** (frijoles, habas, alubias, lentejas o garbanzos) y algunos **alimentos de origen animal** (leche, huevo, queso y carnes). Además, ofrézcale **tres comidas** (desayuno, comida y cena) y **dos refrigerios**, uno por la mañana y otro por la tarde.

Desayuno y refrigerio escolar

Es muy importante que los niños desayunen antes de salir a la escuela. Hay estudios que demuestran que la capacidad para recordar, entender y captar las enseñanzas; la facilidad para hablar y expresar-

Apio y salud

La medicina tradicional considera que el apio tiene **propiedades diuréticas** y **expectorantes**, y ayuda a **controlar la presión arterial.** El jugo de apio es un antiácido eficaz.

Nueces ricas en proteínas

Aunque las nueces tienen proteínas, no contienen todos los aminoácidos esenciales (lo mismo sucede con las leguminosas); así que para obtener una proteína de alta calidad es recomendable combinarlas con cereales (por ejemplo, consumir pan con nueces).

Las nueces también son una fuente importante de vitaminas del complejo B, especialmente B6, importante para la producción de glóbulos rojos. Entre los minerales que contiene, destacan el fósforo, el potasio, el magnesio, el zinc, el cobre y el manganeso.

Las oleaginosas y el corazón

La nuez corresponde al grupo de las oleaginosas, llamadas así por su alto contenido de grasa. A diferencia de las animales, las grasas de los frutos oleaginosos (almendra, piñón, nuez, cacahuate, etcétera) están compuestas por ácidos grasos insaturados, además de lecitina.

Ácidos grasos

Entre los ácidos grasos de la nuez destacan el linolénico (que pertenece al grupo de los omega 3) y el linoleico. Ambos son útiles para disminuir los niveles de colesterol y triglicéridos en la sangre.

La manzana

En México, la manzana se produce principalmente en Chihuahua y Coahuila. Es una fruta muy refrescante, rica en azúcares, entre los que destaca la fructosa, que se metaboliza con lentitud, lo que ayuda a controlar los niveles de glucosa en la sangre.

En el tratamiento de la diarrea, la medicina tradicional recomienda comer manzana cocida (por su efecto astringente).

Coma manzanas con cáscara

La cáscara de la manzana contiene una buena cantidad de celulosa, un tipo de fibra dietética muy útil para regular el funcionamiento intestinal, así como para evitar el estreñimiento, la diverticulitis y las hemorroides.

Además, la cáscara contiene una cantidad abundante de pectina, sustancia que tiene la propiedad de formar geles, de modo que al pasar por el intestino se le unen las moléculas de colesterol, evitando que el organismo las absorba. Al eliminarlas, disminuyen los niveles de colesterol.

se, así como la creatividad de los niños que desayunan, son considerablemente superiores que las de los niños que no desayunan.

Comida ligera, pero muy importante

Se llama refrigerio, colación, *lunch* (como se conoce en el centro del país) o *lonche* (en el norte de la República) al alimento ligero que se realiza entre comidas. Es muy importante porque complementa la cantidad de alimentos que requieren los niños durante el día, y evita que pasen largos periodos de tiempo con el estómago vacío. En ningún caso el refrigerio debe sustituir al desayuno.

Ricos refrigerios

Para el refrigerio o *lunch* escolar de sus niños, elija alimentos o bocadillos sabrosos, ligeros, nutritivos e higiénicamente preparados. Recuerde que muchas veces los pequeños tomarán sus alimentos durante el recreo, sin la supervisión de sus maestros, jugando cualquier juego o incluso corriendo, por lo que es conveniente evitar alimentos que impliquen un mayor riesgo de asfixia por atragantamiento, como cacahuates, palomitas, uvas, aceitunas, zanahorias crudas, nueces, caramelos y gomitas.

Refrigerio de pollo

1 INGREDIENTES

1 manzana (175 g),
1 limón (30 g) (el jugo),
2 aguacates (400 g)

3 cucharadas
de cebollín picado (30 g)

1 tallo de apio
picado (50 g)

2 PREPARACIÓN

Pele, descorazone y corte en cuadritos la manzana, colóquela en una ensaladera y rocíela con el jugo de limón.

Haga lo mismo con los aguacates, y vacíelos en la ensaladera.

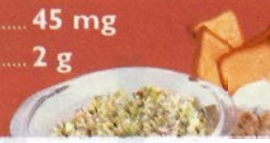
300 g de pollo cocido y deshebrado

60 g de nueces picadas

(6 raciones)

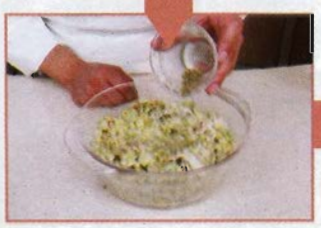
Aporte nutrimental

Kilocalorías	370	Colesterol	45 mg
Proteínas	14 g	Fibra dietética	2 g
Grasas	21 g		



2 Agregue el pollo, cebollín, apio, nuez y mayonesa, y revuelva todos los ingredientes.

3 Espolvoree las hierbas finas sobre la ensalada y refrigere al gusto.



4 Sirva la ensalada sobre las rebanadas de pan tostado, o acompañada con galletas saladas (si va a preparar un refrigerio escolar, es más recomendable hacer un sándwich con esta ensalada).

2 cucharadas de hierbas finas picadas

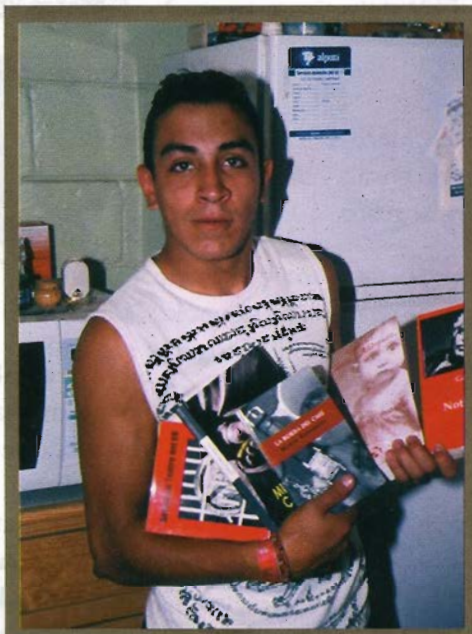
12 rebanadas de pan tostado o galletas

3 cucharadas de mayonesa (30 g)

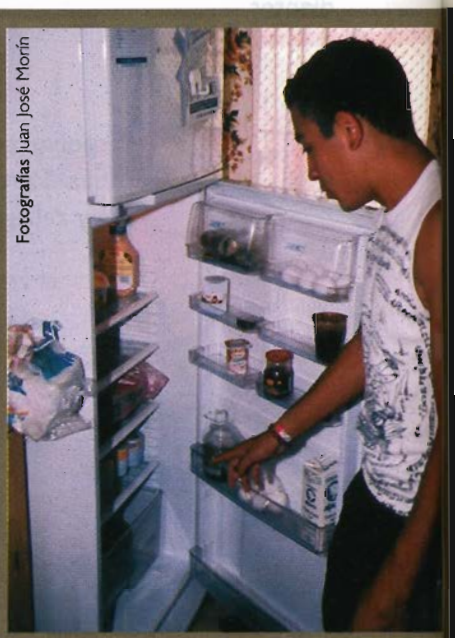
Fotografías Juan José Morín, **Gastrónomo** Joel Hassey Méndez
Fuentes Unidad de Orientación Alimentaria, Coordinación General de Investigación y Divulgación, Profeco • Departamento de Educación Nutricional, Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición "Salvador Zubirán" • *La Cocina Mexicana a través de los siglos. II Época prehispánica.* Fernán González de la Vara, Clío, México, 1996 • *La Cultura del Maíz.* Felipe Solís, Editorial Clío, 1998

Luis Fernando

Luis Fernando Peña, uno de los jóvenes y talentosos actores de nuestro país, se considera un consumidor de **"estrictamente lo necesario"**, sin mayores presunciones. Además, nos deja conocer su casa, su familia y su **actuación en la vida cotidiana.**



Su escritor favorito es García Márquez



Fotografías Juan José Morín

El té helado nunca debe faltar en su "refri"

Sábado por la tarde. Un auto compacto negro con música a todo volumen irrumpe en la unidad habitacional ubicada al oriente de la Ciudad de México. El carro se detiene y ocho jóvenes tratan de bajarse al mismo tiempo (sólo ellos saben cómo se acomodaron). De entre ese mar de piernas y brazos surge una mano que nos saluda con la "V" de la victoria: se trata de Luis Fernando Peña.

Viste camisa sin mangas, bermudas y zapatos de futbol. Evidentemente está contento: "Vengo de jugar un partido y ganamos 3-1".

Actor por obligación

Al entrar a su departamento, Luis lleva a cabo un ritual que tiene muy arraigado: "Siempre que llego a mi casa enciendo una varita de incienso. Me gusta mucho su olor, me relaja, me tranquiliza, es un olor como de paz".

Nos instalamos en un sofá verde en forma de escuadra. Lo primero que observamos son algunos de sus reconocimientos, fruto de una labor histriónica de apenas cinco años y de cuatro largometrajes, que también le han valido tres nominaciones al Ariel y que lo han posicionado como una de las principales promesas del escenario fílmico nacional.

A pesar de lo anterior, nada de esto entraba en sus planes. "Sinceramente comencé a actuar más a fuerza que de ganas. En la secundaria tuve que entrar a un taller de teatro para poder pasar español, y después tuvimos que participar en varios concursos a nivel Distrito Federal. En uno de ésos conocí a un director de *casting* que me invitó, cuando ya estaba cursando el bachillerato, a hacer una prueba para la película *Un embrujo;* finalmente me dieron un papel". De ahí siguieron *Perfume de violetas* (2000), *De la calle* (2001) y *Amar te duele* (2002).

Colgado en la pared, junto a sus reconocimientos, tiene su posesión más preciada: una cadenita con el emblema teatral (las máscaras de la risa y el llanto) que le regaló su mamá el año pasado, dos meses antes de fallecer. Por un momento, en su semblante se percibe

Peña

Por José Armando Aguilar

Luis con su F-15

la tristeza, pero de inmediato recupera la sonrisa y nos platica de su familia: "Actualmente vivo con mi hermano Alfredo, mi hijo (así llama a su perro labrador) de ocho meses y una perrita maltés de tres años que, por cierto, acaba de tener seis cachorros, así que en total somos diez los miembros de esta familia".

"No vivo en la zona maravilla"

El hogar de Luis es un departamento pequeño de no más de 50 metros cuadrados. El comedor, la sala y un refrigerador se ubican en el mismo cuarto; basta dar unos cuantos pasos para recorrer de la sala a la cocina, en la cual sólo caben una estufa y una alacena.

Su recámara, que por cierto es el sitio donde recibe a sus invitados, consta de una litera y de un ropero. "Al contrario de lo que la gente podría suponer, yo no vivo en la zona maravilla, como lo hacen la mayoría de los actores; yo he vivido aquí toda mi vida porque, como le he dicho a mi hermano, esta casa fue de mi madre y es nuestra herencia, por lo que no pienso moverme de aquí en mucho tiempo".

Luis cree que abandonar sus raíces sería como comenzar una nueva vida en la cual quedarían fuera sus amigos y la gente a la que quiere, y no está dispuesto a hacer ese sacrificio.

"Me encanta vivir aquí; es una zona muy céntrica en la que tengo los servicios necesarios: el supermercado está muy cerca; a tres cuadras está el mercado de Jamaica, y tengo a Televisa a media hora".

Consumo: sólo lo indispensable

Al ver a Luis Fernando Peña en sus papeles de muchachito irreverente e inmaduro, pocos imaginarían que con sólo 20 años de edad realiza las labores propias de quien coordina un hogar.

"Antes de ir de compras, mi hermano y yo siempre revisamos para saber qué hace falta en la casa: champú, jabón para ropa y trastes, papel higiénico, pasta de dientes, comida, etcétera. Evitamos gastar innecesariamente, por eso compramos lo indispensable".

A la hora de comprar, afirma, no gasta en exceso, y de ello nos da un ejemplo: "Mi ropa la compro en donde caiga, digo, no porque trabajo en Televisa me voy a comprar ropa de marca, yo voy al tianguis o al mercado, al fin y al cabo es ropa".

En lo que no reconoce limitaciones es a la hora de comer tacos, su comida favorita: "Soy muy taquero, me gustan todo tipo de tacos, desde los de suadero y carnitas hasta los de barbacoa y birria. Ya soy cliente del 'paisa', el taquero de la esquina". Y hablando de comida, Luis nos comenta que hay dos alimentos que nunca deben faltar en su casa: huevos y jamón.

Otros de los deleites para Luis Fernando son los productos dulces, que no duda en comer a pesar de ser prediabético. "Me encantan los caramelos, me gusta mucho la coca... el refresco –aclara–, y los pasteles de verdad me matan".

Los pasatiempos de Luis

Luis Fernando es amante de los aviones. Tiene una colección de más de 30 modelos de aviones a escala, entre ellos están el Airbus 727, el Boeing 747, el F-15 y el F-117 (el invisible). "Me encantan estos aparatos. Como me queda cerca el aeropuerto, los veo pasar a diario; ya hasta los reconozco con sólo escuchar el ruido de los motores", dice a manera de broma.

En su afán de mostrarnos todos sus aviones, Luis Fernando deja al descubierto un par de discos compactos. Sus grupos favoritos son Radiohead, Molotov, Pink Floyd y hasta OV7, pero eso sí, aclara, "¡No vayan a pensar que me gustan las Ketchup!"

En su tiempo libre, que en realidad es poco, disfruta mucho de la convivencia con sus amigos: "Siempre que se puede, invito a mis cuates de la unidad a jugar videojuegos, organizamos torneos y aquí se arma el desastre".

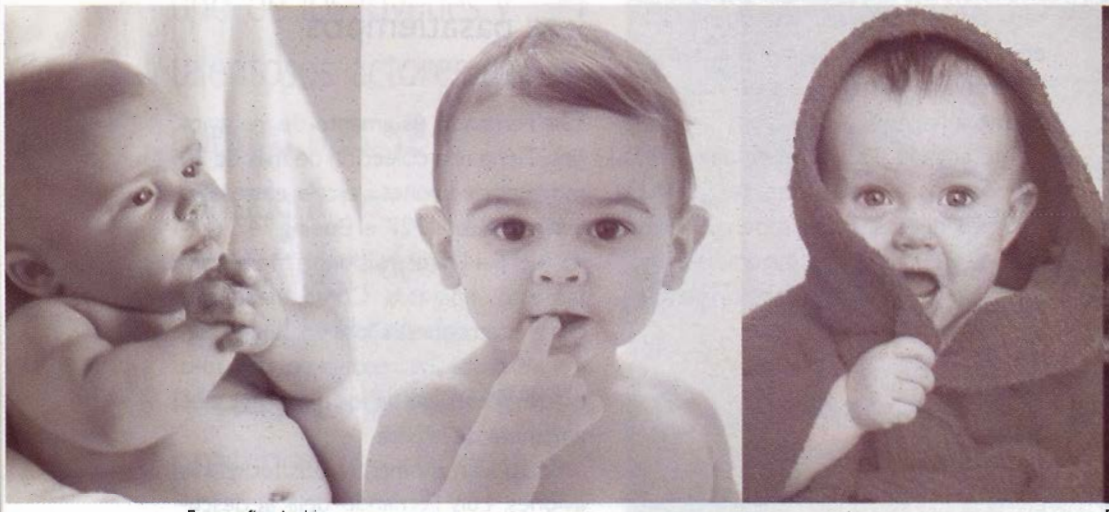
Luis también gusta de la lectura, su escritor favorito es Gabriel García Márquez: *Noticia de un secuestro, Vivir para contarla* y *El olor de la guayaba* son algunas de las obras que ha leído.

La conversación ha llegado a su fin, agradecemos a Luis Fernando su hospitalidad: "Yo soy muy abierto con toda la gente, y todo mundo es bien recibido en mi hogar. Aquí han venido desde amigos actores hasta chavos que ni idea tienen de quién soy. Mi casa está abierta para toda la gente".

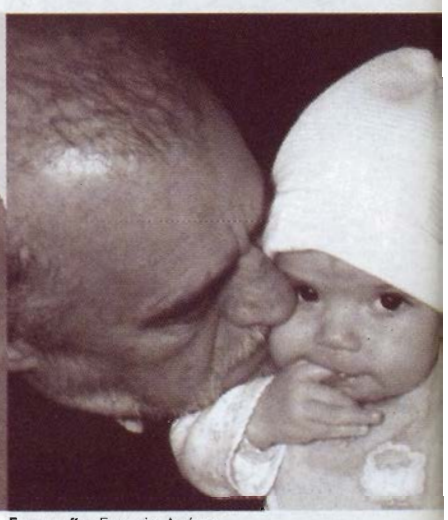
5 lecciones de Ma

Lo que aprendemos de los nietos

Por Luis Mariano Acévez



Fotografías Archivo



Fotografías Eugenio Acévez

Si bien es cierto que la edad suele dar sabiduría, también lo es que al paso de los años se pierde la curiosidad, el asombro con que los recién nacidos descubren el mundo. Acompañemos a Mariana en cinco de las muchísimas lecciones que dictará a su abuelo, porque, a pesar de lo que él crea, aún le falta mucho por aprender...

Apenas acaba de cumplir un año y no es muy diferente de otras niñas de su edad. Pero a lo largo de ese breve año, Mariana ha sido mi maestra más admirada y me ha hecho recordar a otros niños –mis hermanos y mis primos, por ejemplo– que hace mucho también fueron maestros en mi vida. Las lecciones de Mariana, que no tienen desperdicio, se relacionan sobre todo con algo que para los adultos parece no tener importancia: el diario descubrimiento del mundo y la maravilla que son los sentidos con que el mundo se descubre.

Primera lección: tocar y tocarnos

Sin ninguna reserva, Mariana me llena la cara de saliva y todo lo inspecciona con la boca para aprender a distinguir lo suave de lo duro, lo frío de lo caliente, lo áspero y lo delgado. De Mariana he aprendido que el tacto es el sentido principal, el más necesario y el más misterioso. Es el sentido que nos permite darnos cuenta de que todos somos distintos, de que vivimos encerrados en una piel que nos envuelve y nos define. Esto, aparentemente obvio, a muchos asusta y prefieren ignorarlo. Porque el tacto es el sentido que nos hace saber que los demás, las mujeres y los hombres, las plantas y los animales, el calor del sol y la brisa, nunca son completamente nuestros. Solamente podemos adivinarlos y darles forma mediante las caricias y los besos.

riana

Segunda lección: gustar y gustarnos

Al ver a Mariana chupando un limón se me hace agua la boca, como a ella, y recuerdo entonces la dulzura de la miel y lo fresco de la menta, la pasión de la canela y la suavidad de los plátanos. Olvidamos con demasiada frecuencia el sabor del epazote, el paraíso del mango, la delicadeza de las tunas y el suntuoso lujo del chocolate amargo. Olvidamos pronto el sabor indescriptible de aquel primer beso, donde se reunieron todos los sabores de la creación. Olvidamos pronto el universo de las especias con nombres extraños y el espeso misterio del mole negro. Mariana no ha aprendido todavía cómo se llaman estas cosas, pero las conoce por dentro y podría ponerles nombre, si quisiera, porque sabe gustar de ellas como nadie.

Tercera lección: escuchar y escucharnos

También he aprendido mucho sobre el oído. Muy atenta, Mariana se estremece con el canto de un pájaro que pasa como relámpago negro y ya distingue el grito de otros niños del grito de las guacamayas, el temblor de la marimba, la solemnidad de las campanas y el incesante rumor de las olas al pie de su ventana. Ante esta capacidad que crece día con día, me pregunto: ¿cuántos sonidos somos capaces de distinguir durante un minuto los adultos? ¿Sabemos en verdad distinguirlos y enriquecernos con ellos? Sin que nos demos cuenta, la vida va grabando en nuestros oídos una tras otra de esas señales, para mostrarnos su inmensa riqueza y para orientarnos, para guiar nuestros pasos y para que aprendamos a valorar el silencio, que también se escucha cuando uno está muy callado.

Cuarta lección: mirar y mirarnos

Los ojos de Mariana se llenan de preguntas y miran al mundo como si el mundo estuviera recién hecho. Porque para Mariana, el mundo está empezando a existir. Como ella, está recién nacido y se despliega inmenso y a la vez cercano, con la luna mojando su luz en el horizonte del mar Caribe, con la selva que es otro mar y con la lluvia botando alegremente sobre el piso de barro. No le alcanza la mirada a Mariana para beberse tanta belleza y tanta maravilla cotidiana. Cuando se duerme, el universo se duerme con ella, y con ella despierta cada amanecer para un nuevo milagro. ¿Cuántas veces habremos renunciado a mirar de esa manera? Creemos haberlo visto todo, creemos que las cosas son lo que parecen; se nos olvida que una cosa es ver y otra cosa muy distinta es mirar y que todo está aún por descubrirse: la arrogancia de los ahuehuetes, la quietud de las iguanas, la fidelidad de las estrellas y la paciencia de los caracoles, las sonrisas de otros niños y las miradas húmedas de las mujeres.

Quinta lección: oler y olernos

La piel de Mariana tiene un aroma transparente. A través de ese aroma descubro otros perfumes deliciosos, cuyo nombre desconozco y pienso en lo limitado que es mi vocabulario para describir los aromas del mundo. Identifico fácilmente al copal y a la pimienta, al hueledenoche y a la vainilla, a la naranja y al romero. Pero me cuesta trabajo explicar a qué huele el mármol, la plata o las computadoras nuevas. Mariana lo sabe, estoy seguro, porque puedo verla gozar cuando acerca a su rostro un espejo o una muñeca de trapo. En esto, tengo que aceptarlo, no soy todavía un buen aprendiz. Pero me esfuerzo para estar a su altura.

Muchas más cosas estoy aprendiendo de mi nieta en este primer año de su vida. Aprendo a ser humilde y a callarme más seguido. Aprendo a aceptar que es mucho más lo que ignoro que lo que creo saber. Aprendo que seguir explorando nuestro mundo es una aventura casi siempre gratuita. Que quedan muchísimas cosas por descubrir y que solamente se requiere de reeducar los sentidos, de intentar ser como niño, abierto al asombro y a la duda, tanto como al encuentro con los demás y a la conversación permanente con el propio corazón.

Ésa es la sabiduría de los nietos. Ésa es la sabiduría de los niños, siempre a nuestro alcance.

Abuelos notables

Por Leonardo Huerta Mendoza

La tradición nos ha enseñado que los abuelos son personas que ya no participan en ninguna actividad productiva y viven recluidos en sus hogares esperando la visita de sus hijos y nietos. Ahora ya no siempre es así: hay varios casos que nos demuestran lo contrario.

Gracias a los avances médicos, hoy la esperanza de vida es de más de 75 años. A diferencia de los abuelos de antaño, los nuevos abuelos tienen otras perspectivas en varios aspectos: salud, alimentación, vida sexual, vida laboral... Más aún, muchos de los nuevos abuelos son exitosos en diversos campos de la actividad humana: deportes, arte, ciencia...

Una esperanza para el mal de Parkinson

Fotografía Cortesía UNAM

En el año 1985, un equipo de neurocirujanos, dirigidos por el doctor en Fisiología René Drucker Colín, hicieron dos trasplantes de médula suprarrenal en pacientes con mal de Parkinson, enfermedad caracterizada por la degeneración y destrucción progresiva de las neuronas de lo que los especialistas conocen como sustancia negra. Los transplantes fueron un suceso en la medicina mundial, ya que los pacientes mejoraron notablemente y reestablecieron sus niveles de dopamina (cuya carencia provoca los síntomas característicos del mal de Parkinson: rigidez muscular, temblor en brazos y piernas, movimientos torpes y pérdida de equilibrio).

Padre de cuatro mujeres y abuelo de dos nietos, el doctor Drucker estudió medicina y psicología. En 1964 obtuvo una maestría en Psicofisiología por la Northern Illinois University, y en 1971 su doctorado en Fisiología por la Saskatchehuan University, en Canadá. Desde 1967 ha sido investigador y profesor en diversas universidades mexicanas y extranjeras y, a partir de 1971, en la UNAM.

A sus 66 años ha ocupado numerosos cargos en importantes instituciones y ha escrito casi 200 artículos sobre neurociencias. Desde el año 2000 hasta el 2002 fue presidente de la Academia Mexicana de Ciencias y actualmente es coordinador de Investigación Científica de la UNAM.

Correr por la vida

Fotografía Cortesía Citlali Sierra

En 1991, una figura menuda de apenas un metro y 36 centímetros de estatura, encorvada por el peso de 81 años de una vida de trabajo, apareció en las competencias internacionales de atletismo. Nos referimos a doña Rosario Iglesias, una asombrosa mujer nacida en la Ciudad de México en 1910.

Después de casi trece años de dejar su esfuerzo por las pistas del mundo, Chayito, como la conoce la gente, es dueña de una colección de casi 100 trofeos, de los cuales unos treinta los ha ganado en el extranjero. Y quiere más, por lo cual se ha preparado intensamente para el XV Mundial de Atletismo para Veteranos, que se celebrará en Puerto Rico entre los días 1 y 13 de agosto, donde buscará participar en las pruebas de 100, 200, 400 y 800 metros.

Salvo un problema auditivo, en general la salud de Chayito es excelente. Esta mujer, que tiene dos hijas, 15 nietos, 30 bisnietos y 15 tataranietos, lleva 65 años ejerciendo el oficio de voceadora: todos los días reparte sus diarios y revistas por la zona de Plateros y en la calle de Holbein, en la colonia Nápoles, en la Ciudad de México. Después de cerrar su puesto de periódicos (donde trabaja con uno de sus nietos), Chayito se va a entrenar unos 45 minutos a los Viveros de Coyoacán, de lunes a viernes.

Para calmar su sed, después del entrenamiento toma agua natural y, ocasionalmente, refresco de cola. Su comida diaria incluye todo tipo de alimentos, acompañados de leche y tortillas. Con sus 93 años de vida, Chayito Iglesias está convencida de que le quedan muchos años más por recorrer... y ¡ni quien la alcance!

Ofelia Guilmain: madre y abuela de toda la vida

"Amé, fui madre y sigo amando a mis niños, porque para mí siempre lo serán".

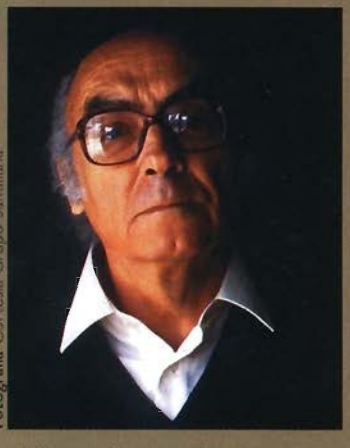
Ofelia Guilmain, considerada una maestra en la actuación, es un ejemplo de lo mucho que podemos aprender de los adultos mayores. Salvo por una pausa, ha estado activa en los escenarios desde que, en 1939 y con sólo 18 años de edad, llegó a México proveniente de España. Al año siguiente participó en el estreno en Bellas Artes de la obra *Mujeres*, y en 1941 debutó en el cine, después de lo cual se retiró de la actuación durante 11 años.

Desde su regreso ha participado en las principales obras clásicas que se han puesto en los teatros mexicanos y en la televisión. Es célebre su *Celestina*, e inolvidable su actuación en *Las Troyanas*.

En una reciente entrevista declaró: "No quiero ser una de esas viejas que viven amargadas por lo que no hicieron... a mis 82 años sigo trabajando y me sobran oportunidades para poder continuar haciéndolo en los papeles que a mí me gustan". Muy segura añadió: "Me siento bien porque sigo siendo autosuficiente. Mis hijos me adoran y me alegra no depender de ellos, sino que aún soy yo la que les da consejos y un hombro para que se apoyen cuando les hace falta ayuda".

La señora Guilmain no piensa en la muerte "porque es de mala educación andar hablando de eso. Es el único tema del que no hablo, ni me interesa darle importancia; lo único que deseo es continuar trabajando tan intensamente como lo he hecho a lo largo de mi vida".

José Saramago, lo bueno después de los 60



Fotografía Cortesía Grupo Santillana

Después de cumplidos 60 años, la vida de José Saramago ha sido más que productiva. Entre sus numerosos premios destacan el Nóbel de Literatura, que ganó en 1998 (casi un mes antes de cumplir 76 años); y en 1995 se hizo acreedor al Premio Camões, concedido cada año por los gobiernos portugués y brasileño a un escritor de lengua portuguesa.

"Tengo que reconocer que las cosas buenas en mi vida llegaron un poco tarde", declaró el escritor portugués José Saramago a la revista *Playboy* de Brasil en 1998: "Con 60 años, un escritor normalmente tiene la parte más importante de su obra hecha". En el caso de Saramago la historia es diferente: sus obras más importantes las escribió alrededor de los 60 años, pues tras publicar *Tierra do Pecado* a los 26, dejó de escribir "simplemente, porque no tenía nada que decir".

Hijo de dos campesinos, José de Sousa Saramago nació en un aldea de Ribetejo, Portugal, el 16 de noviembre de 1922. En 1944 se casó por primera vez, y en 1947 nació su única hija, Violante, quien lo convirtió en abuelo de Ana (ahora de 36 años) y Santiago (de 24). En 1986 conoció a su actual esposa, la periodista española María del Pilar del Río Sánchez (28 años menor que él), con quien se casó en 1988: "Uno de los momentos más importantes de mi vida fue la aparición de Pilar. Se me abrió un mundo nuevo". Violante considera que Pilar lo volvió "más accesible, más abierto, más capaz de mostrar sus sentimientos y de abandonar su habitual actitud de defensa".

A sus 81 años, reservado y con fama de malhumorado, Saramago tiene dos características que pueden parecer excluyentes: hogareño y viajero. Con los hijos de Pilar y con los hijos de Violante ha formado una familia que de cuando en cuando lo visitan en su casa de Lanzarote, isla del archipiélago de las Canarias, en España.

Fuentes *Forjadores del México Moderno*, Editorial Planeta DeAgostini, México, 2000 • *Diccionario Enciclopédico de México*, tomos I y II, de Humberto Musacchio y Andrés León Editor, México, 1990 • *La Jornada*, 23 de agosto de 2000 • *Reforma*, 15 de noviembre de 2002 • www.nobel.se/literature/laureates/1998/saramago-autobio.html • www.institutocamoes.pt/escritores/saramago/fotobiografia.htm

Fotografía Arch

Más vida a los años

Por Alejandra Sánchez Plascencia

A la vejez generalmente la relacionamos con experiencia y sabiduría, sin embargo, poco reflexionamos sobre nuestro propio envejecimiento, y si acaso lo hacemos es porque descubrimos que necesitamos acudir al médico, que sin lentes no podemos leer o que cada día tenemos más canas...

¿Qué significa saber envejecer? ¿Asumir la edad que uno tiene? ¿Aceptar los "padecimientos de la ancianidad"? ¿Qué?

"La vejez no va al encuentro de las enfermedades ni es una enfermedad; lo que sucede es que cuando somos jóvenes descuidamos la salud y al llegar a la tercera edad los males se manifiestan, no como producto de la vejez sino del descuido", señala el geriatra Samuel

Bravo Williams, presidente honorario vitalicio de la sociedad Mexicana de Geriatría y Gerontología.

Actualmente, gracias a los avances de la ciencia médica, existe la posibilidad de alcanzar una vida larga y de calidad. Por ejemplo, en las últimas décadas la esperanza de vida ha aumentado porque se han logrado combatir males infecciosos que en épocas pasadas eran incurables. Y aunque falta mucho por hacer para eliminar padecimientos que aún no tienen cura, las investigaciones médicas resaltan la importancia de promover la salud a través de la medicina preventiva: anticipar la aparición de algunas enfermedades para combatirlas a tiempo, atender trastornos leves antes de que se agraven; descubrir, diagnosticar y brindar tratamiento oportuno a enfermedades cronicodegenerativas como diabetes, hipertensión arterial o problemas cerebrovasculares; fomentar hábitos de higiene saludables e ingerir una dieta adecuada, practicar ejercicio y evitar el tabaquismo; todas éstas son medidas indispensables para proteger la salud en cualquier etapa de la vida.

En el caso de las personas adultas mayores, la gerontoprofilaxis es la especialidad de la gerontología que protege a los adultos mayores de las enfermedades.

"Mucha gente tiene la idea equivocada de que sólo los ancianos acuden al geriatra. Y la realidad es que los geriatras diagnosticamos y tratamos las enfermedades tomando en consideración el proceso de envejecimiento, y sabemos que el comienzo de una enfermedad y la discapacidad funcional que se relacionan con el envejecimiento pueden prevenirse o retrasarse si se atienden a tiempo, razón suficiente para que nos consulten antes de entrar a la tercera edad", señala Bravo Williams.

Recuerde, la relación entre prevenir y envejecer sanamente es muy estrecha.

Respete las señales

A veces puede resultar difícil distinguir un dolor pasajero del provocado por alguna enfermedad, pero ciertos síntomas requieren atención médica inmediata, como dificultad severa y sin causa aparente para respirar, palpitaciones, dolor recurrente en alguna parte del cuerpo, fatiga constante, mareos, visión borrosa o doble, zumbido persistente de oídos, sed intensa, pérdida de peso sin causa aparente, falta de fuerza en brazos o piernas, sangrado no común, tos o ronquera persistente por más de dos semanas. Por irrelevantes que parezcan, nunca pase por alto las señales de advertencia que su organismo le envía, pues pueden ser un aviso importante que merezca toda su atención.

Fotografía Archivo

Antioxidantes

Los antioxidantes (como los betacarotenos y las vitaminas E y C) son compuestos activos que se encuentran especialmente en la fruta fresca, en las verduras y en los cereales integrales.

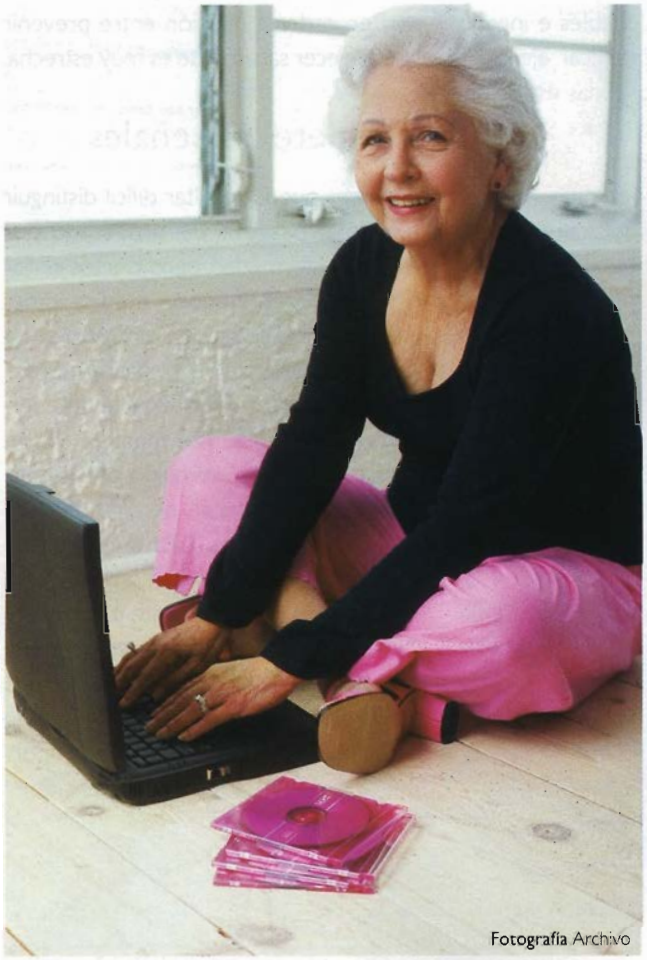
Las sustancias antioxidantes eliminan los radicales libres (moléculas responsables del daño de las reacciones en cadena y de los efectos del envejecimiento en el tejido humano).

Dónde hay sustancias antioxidantes

Betacarotenos. Estos pigmentos amarillo-naranja se encuentran en zanahorias, chabacanos chinos, papayas, camotes y pimientos rojos. También se hallan en verduras de hojas de color verde oscuro, como las espinacas y el brócoli.

Vitamina C. Las frutas y los jugos cítricos son buenas fuentes de esta vitamina, así como las fresas, los capulines, el brócoli, la col, la col de Bruselas, las papas, los tomates, los chícharos, los garbanzos, los pimientos verdes y las verduras de hojas verdes.

Vitamina E. Son ricos en esta vitamina los aceites vegetales, las semillas de girasol, las almendras, los cacahuates y la crema de cacahuate, los aguacates, el germen de trigo, el pan integral y otros productos integrales (como las pastas), así como las verduras de hojas verdes.



Fotografía Archivo

El Inapam

Si tiene 60 años o más y quiere obtener los beneficios para la Gente Grande, como son los descuentos del 5 al 50 por ciento en bienes y servicios, afíliese al Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores (Inapam).

Los requisitos son:

1. Original y copia del acta de nacimiento.
2. Credencial de elector o alguna otra identificación con fotografía.
3. Dos fotografías tamaño infantil recientes y de frente (a color o blanco y negro).
4. Datos generales de alguna persona a la que se le pueda avisar en caso de emergencia.
5. Cooperación voluntaria de $10.00 (diez pesos).

Para obtener mayores informes acerca de la tarjeta de afiliación llame al 5682-6077 o al 5682-5575, extensión 130 desde el Distrito Federal y área metropolitana. Si usted vive en el interior del país, consulte la página www.inapam.gob.mx; ahí encontrará el domicilio de las delegaciones estatales.

Directorio Nacional Gerontológico

La Sociedad Mexicana de Geriatría y Gerontología pone a disposición de los consumidores el Directorio Nacional Gerontológico, el cual incluye la ubicación de las asociaciones, fundaciones, organismos, colegios, asilos, casas de beneficencia, casas de reposo, centros de servicio, centros comunitarios, consultorios y clínicas geriátricas que se localizan en la República Mexicana. Para mayores informes llame al 5684-3204 o al 5679-5842.

La salud no se jubila

La vejez no debe conducir al sedentarismo. No hay razón alguna para considerar que la jubilación es un paso a la inactividad física y mental. Además, la falta de ejercicio es uno de los principales factores de riesgo de contraer enfermedades cardiovasculares y accidentes cerebrovasculares (padecimientos que constituyen un grave problema de salud pública en todo el mundo) en hombres y mujeres de todas las edades.

Se calcula que aproximadamente dos tercios de la población mundial no practican ningún tipo de ejercicio ni realizan actividad física alguna, así que retírese a paso veloz de las estadísticas y adopte un estilo de vida sano. Para ello:

1. Vigile su salud: cuídese a sí mismo, tenga hábitos alimenticios adecuados, controle periódicamente sus índices de colesterol y triglicéridos, absténgase de fumar y no beba alcohol en exceso.
2. En caso de que tome medicamentos, pregunte a su médico cuál es la mejor manera de hacerlo y el horario más apropiado para consumirlos (con o sin alimentos, antes o después de las comidas).
3. Lleve una vida mentalmente activa. Ciertamente, la vejez es experiencia y conocimiento, pero seguramente tiene aptitudes que no ha descubierto; lleve a cabo actividades que tal vez por falta de tiempo no había podido realizar.
4. Manténgase en forma. Algunas de las enfermedades asociadas con el envejecimiento (como debilidad muscular, fragilidad ósea o problemas en las articulaciones) se deben más al sedentarismo que a los años. El ejercicio también contribuye a controlar el peso, y a reducir el estrés, la ansiedad y la depresión.

Por todo lo anterior, aproveche la oportunidad de su vida: disfrute de un vejez activa.

Fuentes: Entrevista con el doctor Samuel Bravo Williams, Presidente Honorario Vitalicio de la Sociedad Mexicana de Geriatría y Gerontología • *Pautas para la Orientación Alimentaria en México*, International Life Sciences Institute, ILSI de México, México, 2002 • *El envejecimiento*, David P. Brasch (Biblioteca Científica Salvat, México, 1986)

¿Qué encontrará en la página de Profeco?

La Ley Federal de Protección al Consumidor.

Un centenar de tecnologías domésticas.

Información detallada acerca de nuestros servicios de orientación, asesoría y atención a quejas.

Los resultados de los estudios de calidad publicados en la **Revista del Consumidor**.

Información sobre la mejor opción de compra de artículos de la canasta básica, medicamentos, electrodomésticos, materiales para la construcción y, en temporada, sobre pescados, útiles escolares y juguetes, entre otros.

Captación de quejas en idiomas español, inglés y francés.

Ubicación de nuestras oficinas en el país.

Un buzón.

Y mucho más

Profeco
Procuraduría Federal del Consumidor

http://www.profeco.gob.mx

Masa para

Ilustraciones Mónica Miranda

Imagina por un momento que eres escultor, un gran artista que juega con las formas y las texturas para crear obras de arte. ¿Qué material usarías? ¿Qué te parece la masa para modelar? Aquí te damos la receta.

modelar

Saca al artista que llevas dentro

Vas a necesitar:

- 1 taza de agua (250 ml)
- 1 3/4 de tazas de fécula de maíz (180 g)
- 1/2 cucharada cafetera de colorante vegetal del color que prefieras (3 g)* (opcional)
- 1 pastilla de ácido ascórbico de 250 mg** (hecha polvo)
- 2 cucharadas soperas de crema humectante (10 g)

* Este ingrediente lo consigues en tiendas de materias primas.

** Lo venden en farmacias grandes.

También ocuparás:

- 1 olla con capacidad de un litro
- 1 cuchara sopera
- 1 cuchara cafetera
- 1 recipiente de plástico con tapa y con capacidad de 500 g
- 1 etiqueta adherible

1

2-5

6

7

A preparar la masa

1. En la olla tienes que mezclar la fécula de maíz y el agua. Para revolverlas bien, utiliza la cuchara sopera.
2. Cuando veas que ya está muy bien disuelta la fécula, vacía el colorante y sigue revolviendo.
3. Dile a mamá, papá o a un adulto que te ayude a colocar la olla a fuego bajo.
4. Debes esperar a que la mezcla empiece a adquirir la consistencia de masa mientras sigues revolviendo.
5. Retira la olla del fuego y deja que se enfríe a temperatura ambiente.
6. Cuando la masa esté fría, llegó el momento de ponerle el ácido ascórbico; revuelve muy bien la masa con las manos hasta que esté suave.
7. Agrega la crema humectante y vuelve a amasar hasta que la masa esté manejable y no se pegue en las manos.

Guarda la masa en un recipiente de plástico y tápalo bien. Asegúrate de dejarlo en un lugar que esté seco y fresco; de preferencia pégale una etiqueta al recipiente con el nombre del producto, el día que lo elaboraste y la fecha de caducidad (o sea, hasta cuándo se mantendrá en buenas condiciones).

Si conservas tu masa para modelar en el recipiente bien tapado, te durará una semana; de lo contrario, si está en contacto directo con el aire, la masa se secará.

Consejos prácticos

- Antes de modelar una figura debes amasar la masa.
- ¿La masa te quedó muy aguada o pegajosa? Ponle más fécula de maíz hasta que tenga la consistencia que tú quieres.
- Si deseas usar tus figuras de masa como adornos, cuando la prepares, añade 5 cucharadas soperas de bicarbonato de sodio para que te dure más.
- La masa puede endurecerse si permanece guardada, pero si le pones un poquito de agua cuando la vayas a usar y la amasas bien, tendrá una consistencia suave de nuevo.
- Para decorar tus figuras en detalle, puedes aplicar diferentes colorantes vegetales con un palillo de dientes (usa uno distinto para cada color).

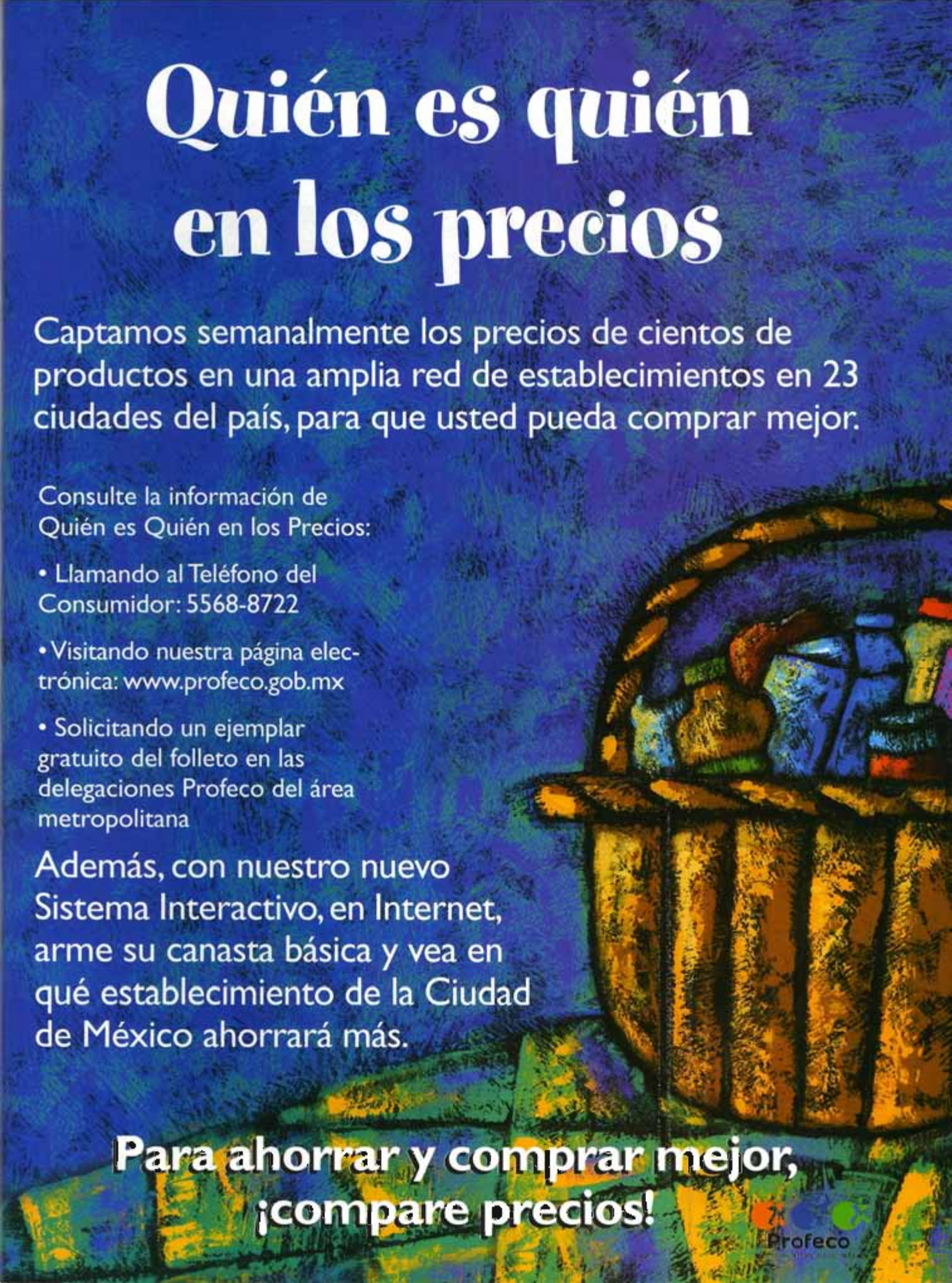
Quién es quién en los precios

Captamos semanalmente los precios de cientos de productos en una amplia red de establecimientos en 23 ciudades del país, para que usted pueda comprar mejor.

Consulte la información de Quién es Quién en los Precios:

- Llamando al Teléfono del Consumidor: 5568-8722
- Visitando nuestra página electrónica: www.profeco.gob.mx
- Solicitando un ejemplar gratuito del folleto en las delegaciones Profeco del área metropolitana

Además, con nuestro nuevo Sistema Interactivo, en Internet, arme su canasta básica y vea en qué establecimiento de la Ciudad de México ahorrará más.



Para ahorrar y comprar mejor, ¡compare precios!

Profeco

Profeco

Envíenos sus experiencias relacionadas con la contratación de servicios y la compra de productos a Av. José Vasconcelos 208, piso 14, colonia Condesa, C.P. 06140, México, D.F., al fax (55) 5553-0574, o a rconsumidor@profeco.gob.mx

Whirpool no responde

Mi esposa y yo compramos en diciembre un refrigerador marca Whirpool de 22 pies en la venta nocturna de Liverpool Perisur.

La verdad es que en la tienda nos trataron muy bien, pero Whirpool tardó 2 meses en entregarnos el refrigerador, y además uno de los compartimentos del congelador está roto.

Hemos hablado más de 50 veces a la compañía, incluso mandaron a dos técnicos (muy groseros) que de manera muy prepotente nos dijeron que la garantía no cubre la pieza rota. ¿Qué podemos hacer para que lo reparen? No les bastó con entregarme el refrigerador con retraso, sino que además no quieren responder por su mal estado. Ojalá me puedan asesorar.

Mauricio S. Menéndez
Distrito Federal

La Ley Federal de Protección al Consumidor establece en sus artículos 7 y 42 la obligación del fabricante y del distribuidor de respetar los términos, características, plazos, calidad, costo, garantías y demás circunstancias bajo las cuales se haya pactado el servicio o la compraventa del producto. Por lo tanto, si el proveedor entregó el refrigerador roto y hay constancia de ello, usted tiene el derecho de que lo reparen gratuitamente o, en caso de que esto no sea posible, lo cambien por uno nuevo.

Lo invitamos a que acuda a la delegación Profeco más cercana a su domicilio a presentar su queja, con dos copias fotostáticas de su recibo o contrato, y de la garantía, así como el número y fecha de los reportes realizados, y el nombre y domicilio del proveedor. Llame al Teléfono del Consumidor (5568-8722 y 01-800-468-8722) para preguntar por la delegación Profeco más cercana.

¿Peticiones válidas?

Abrí una cuenta en la Institución Financiera Caja de Azteca, en la cual se supone que uno tiene derecho a un préstamo por el doble de lo que se tiene depositado.

Estoy un poco contrariada, pues al solicitar este préstamo, me pidieron que firmara un contrato de compromiso, y una copia fotostática del acta de posesión de mi casa (el equivalente a una escritura pública).

¿Es legal este requisito? ¿No tendré problemas después si el valor de mi casa es superior al préstamo otorgado?

Concepción Lozano
Pochutla, Oax.

Le informamos que la instancia competente para intervenir en estos asuntos es la Comisión Nacional para la Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros (Condusef). Llame sin costo al 01-800-717-17-67 al 74; envíe un correo electrónico a opinion@central.condusef.gob.mx, o consulte su página en Internet: www.condusef.gob.mx, para que le brinden la asesoría necesaria.

Ilustraciones Mónica Miranda

¡Aguas con Novias Pichelina!

Les escribo para prevenir a los demás consumidores de los abusos de Pichelina Novias.

En marzo del año pasado asistí con mi hija a una expo boda organizada por la tienda Pichelina Novias. Me medí un vestido que no era de mi talla, pero al que ofrecieron hacerle los ajustes necesarios para que me quedara bien.

Confiando en la reputación de la tienda, pagué un anticipo de $1,500. Quedaron de entregarme el vestido un mes después, pero nada, más de mes y medio pasó y no me llamaban para ir a recogerlo. Cuando fui a la tienda a ver qué ocurría me dieron el vestido, pero sin ningún ajuste. Reclamé y me pidieron que eligiera otro vestido, pero ninguno me gustó así que pedí la devolución de mi dinero.

Al principio se negaron, pero insistí tanto que finalmente aceptaron. El problema fue que el anticipo lo pagué con tarjeta de crédito, así que me dijeron que la devolución tardaría dos meses. Ahí empezó mi peregrinar, pues me decían que era cuestión del banco, de los contadores, se negaban a contestar mis llamadas, etcétera; hasta que un día (por ahí de noviembre) me dijeron que esas cosas pueden tardar hasta dos años.

Fastidiada les dije que iba a presentar mi denuncia en Profeco, a lo que me respondieron que le hiciera como quisiera. Nunca me han llamado y, por supuesto, tampoco me han devuelto mi dinero.

Virginia Álvarez Velasco

Por el tiempo transcurrido desde la fecha de contratación con la tienda Pichelina Novias se obstaculiza la intervención de Profeco ya que, en términos del artículo 105 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, las quejas deberán presentarse dentro de los seis meses siguientes a la fecha en que se expidió el comprobante que ampare el precio o la contraprestación pactada.

Sin embargo, si usted cuenta con algún documento en el que con fecha más reciente haya tenido contacto con el proveedor, puede acudir a la delegación Profeco más cercana a su domicilio a presentar su queja; llame al Teléfono del Consumidor (5568-8722 y 01-800-468-8722) y pregunte por esta delegación.

Agosto

El origen de agosto, nombre del octavo mes del año, según el calendario gregoriano, es el latín vulgar *agustu* "agosto", del latín *(mensis) Augustus*, cuyo significado literal es "(mes de) Augusto". En el año 8 a.C., a un mes llamado *sextilis*, o sexto (mes), el senado romano le cambió el nombre por el de agosto, en honor de Augusto (Augustus, 63 a.C.-14 d.C.), primer emperador romano.

Ilustración Mónica Miranda y Roberto Paz

Abuelo, cuéntame un cuento

Entre los antiguos pueblos indígenas, los viejos eran considerados sabios debido a la experiencia que adquirían durante su vida. En la sociedad actual, los abuelos suelen ser quienes cuidan a sus nietos mientras sus padres se van a trabajar. Sin embargo, la imagen de los abuelos ha cambiado. Muchas abuelas son mujeres en pleno desarrollo intelectual y físico; salen a sus empleos, van al deportivo, hacen las compras, atienden sus hogares y, por supuesto, cuidan y miman a sus nietos. Lo mismo sucede con los abuelos; son señores que buscan mantenerse en buena forma física mientras atienden sus negocios, o son empleados cuya experiencia en sus áreas de desarrollo es inestimable. Igual que las abuelas, atienden sus hogares, salen a hacer compras y también cuidan a sus nietos.

Inicia el descubrimiento del Nuevo Mundo

El 3 de agosto de 1492, una flota de tres naves bajo el mando de Cristóbal Colón partió del puerto de Palos de Moguer, España, con el fin de descubrir un camino por mar a Catay (como se le conocía a China) y a Cipango (nombre que los europeos de los siglos XV y XVI daban a Japón), que facilitara el comercio. El 12 de octubre de ese año avistaron las costas de la isla de Guanahani, bautizada por Colón como San Salvador (hoy Watling, isla perteneciente a las Bahamas). El 20 de mayo de 1506, después de muchos otros viajes, Colón murió convencido de que había llegado a las costas de China y Japón sin saber que en realidad había llegado a un continente desconocido. Sin embargo, las tierras descubiertas no llevan el nombre de su descubridor, sino de Americo Vespucci, un marino y comerciante florentino.

Efemérides

01 En 1856 se pone en circulación la primera estampilla postal mexicana, con la efigie de Miguel Hidalgo y Costilla. Su valor iba desde medio real hasta 8 reales.
02 Inauguración del alumbrado público con gas en la Ciudad de México (1857).
06 En 1945, Estados Unidos lanza sobre la ciudad japonesa de Hiroshima la primera bomba atómica. Tres días después, el 9 de agosto, otra bomba atómica destruye la ciudad de Nagasaki.
08 Nace en Anenecuilco, Morelos, Emiliano Zapata (1879). Murió el 10 de abril de 1910.
09 Día Internacional de los Pueblos Indígenas. En 1994, la Asamblea General de la ONU decidió que el Día Internacional de los Pueblos Indígenas se festejara cada 9 de agosto durante la Década Internacional de los Pueblos Indígenas, que comenzaría ese mismo año.
12 Día Internacional de la Juventud. El 17 de diciembre de 1999, la Asamblea General de la ONU confirmó la recomendación de la Conferencia Mundial de Ministros Responsables de la Juventud en cuanto a que este día fuera dedicado a la juventud.
13 Después de un sitio que duró 75 días, cayó la Gran Tenochtitlán y el emperador Cuauhtémoc fue hecho prisionero por los conquistadores españoles (1521).
15 Se inauguró oficialmente el Canal de Panamá (1914).
17 Se establece en México el Salario Mínimo (1934).
22 Día del Bombero. Se crea el Archivo General y Público de la Nación (1823).
28 Día del Abuelo. Entró en vigor la primera Ley Federal del Trabajo (1931).
31 Mediante decreto presidencial, entró en vigor la Ley del Servicio Militar Obligatorio Nacional (1942).

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
					1 Esperanza	2 Ángeles
3 Nicodemo	4 Aristarco	5 Osvaldo	6 Justo	7 Donato	8 Emiliano	9 Día Internacional de los Pueblos Indígenas Rústico
10 Lorenzo	11 Luna llena Clara	12 Fortino	13 Elena	14 Maximiliano	15 Sagrario	16 Serena
17 Jacinto	18 Inicio de clases Lauro	19 Timoteo	20 Cristóbal	21 Camerino	22 Día del Bombero Filberto	23 Virgo Eleasar
24 Bartolomé	25 Patricia	26 Caferino	27 Mónica	28 Día de los Abuelos Agustín	29 Sabina	30 Rosa
31 Raimón						

Para atender las enfermedades fisiológicas y psicológicas de los abuelos existen ahora dos nuevas especialidades médicas: la geriatría y la gerontología.

Frutas y verduras del mes

Betabel
(hasta octubre, de diciembre a febrero, y de abril a mayo)

Chile poblano
(hasta octubre)

En nuestro próximo número

Fotografía Archivo

¿Cuánto cuesta tener un **bebé**?

Es fácil que inmersos en el entusiasmo y el amor que despierta la llegada de un nuevo miembro de la familia, nos convirtamos en blanco perfecto de comerciantes y prestadores de servicios. Descubra cuánto le costaría dejarse llevar por sus emociones al querer "darle todo" a su nuevo bebé.

¿Pañales **absorbentes**?

Los pañales desechables son prácticos y hacen la vida de las mamás mucho más sencilla. Consulte este estudio y descubra cuáles son los más absorbentes, cómodos para su bebé y de mejor precio.

Caballeros de **buen vestir**

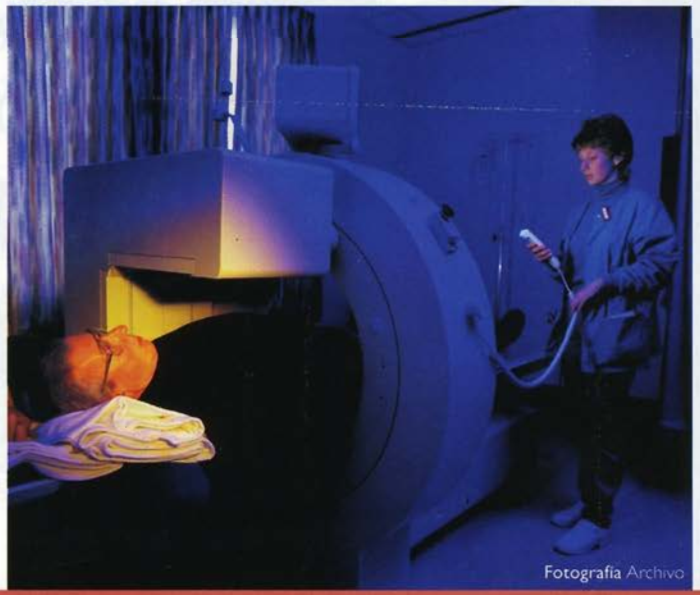
Para que siempre dé la mejor impresión, los expertos de nuestro laboratorio se midieron varios marcas de pantalones informales y en este estudio le revelan cuáles son los más duraderos y de mejor calidad.

¡Viva México!

Si quiere celebrar el próximo 15 de septiembre muy a la mexicana, no se pierda nuestras recetas para preparar chiles en nogada y dulces cristalizados.

Seguros en la **salud**

A nadie le gusta pensar que se puede enfermar, y mucho menos gravemente. Sin embargo, siempre es mejor estar preparados en caso de que necesitemos los servicios de un hospital y de médicos especializados; en esta radiografía de los servicios le decimos en qué consisten los seguros de gastos médicos mayores y qué aspectos hay que considerar al contratar uno.



Fotografía Archivo

La *Revista del Consumidor*, publicada mensualmente por la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**), está destinada a informar y a orientar sobre temas de consumo. Información sobre suscripciones, ventas y contratación de espacios para mensajes institucionales en los teléfonos 5611-7379, 5611-7523 o 5598-6781. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la opinión de la revista ni de Profeco; se incluyen a partir de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y diálogo entre corrientes de opinión. Está permitida la reproducción de los estudios del Laboratorio y/o los análisis de precios en cualquier otro medio que apoye la intención de informar a grupos más amplios de la población. **No se autoriza la utilización de la información publicada en la revista con fines publicitarios o comerciales.**

Los análisis de precios y los sondeos de preferencias de los consumidores se publican como una referencia válida para las fechas indicadas en cada caso y son independientes de las acciones de verificación y otras que Profeco lleve a cabo en el cumplimiento de sus funciones.

Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm. 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, con el número PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte 80, colonia Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F. Editora responsable: Mónica Braun. Tiraje: 80,000 ejemplares.

Secretaría de
Medio Ambiente y
Recursos Naturales

Evita que te pase esto

¡Certifica tu industria!

Lada nacional sin costo: 01-800-PROFEPA
770-33-72

audinet@correo.profepa.gob.mx

"La Ley al Servicio de la Naturaleza"

Poniendo a México al día y a la vanguardia

PROFEPA
PROCURADURIA FEDERAL DE PROTECCION AL AMBIEN

Computadoras en cifras

Por Armando Aguilar

• Cantidad de desechos tecnológicos (principalmente computadoras) que se cree circularán en el mundo en el 2004: 2 mil millones de toneladas.

• Computadoras obsoletas que existirán en Estados Unidos en el 2004: 315 millones.

• Personas consultadas en el D.F. y área conurbada que aprendieron a utilizar la computadora gracias a la práctica: 40%

• Capitalinos que nunca pagarían sus impuestos a través de Internet: 57%

• Porcentaje de personas que afirma tener computadora en casa: 48%

• Consultados que nunca tendrían un *chat* con un desconocido: 44%

• Personas que admiten utilizar programas de cómputo copiados: 13%

• Computadoras que se habrán vendido para el 2008: 2 mil millones

• Encuestados que afirmaron utilizar programas de cómputo originales: 74%

• Computadoras vendidas en el mundo hasta mediados del 2002: más de mil millones.

• Peor año histórico para los vendedores de PC's en el mundo: 2001

• Cantidad aproximada de PC's que fueron vendidas en 2001: 34 millones 232 mil

• Promedio de computadoras portátiles que existen en México: 6.9 por cada 100 habitantes

Fuentes www.bbc.co.uk/spanish • wwww.reforma.com • Milenio, 8 de marzo del 2002 • Encuesta sobre el uso de los medios de comunicación, realizada en enero del 2003 a 820 personas mayores de 16 años que viven en el Distrito Federal y área conurbada. Los resultados tienen un nivel de confianza de 95 % y un margen de error de +/- 3.4 %. Departamento de Investigación del periódico *Reforma*.

0 10722 99597 3 00318

Exhibir hasta el 31 de agosto de 2003